XI ENCONTRO SOBRE VIOLÊNCIA INTRAFAMILIAR: UMA VIOLAÇÃO DOS DIREITOS HUMANOS

ANAIS DO ENCONTRO - ISSN 2237-1877

Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia
Jequié, 28 e 29 de setembro de 2026

CONDIÇÕES DE TRABALHO, ESTRESSE OCUPACIONAL E SAÚDE MENTAL DE CAMINHONEIROS: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

Alana Cecília de Jesus Santos[1]
Felipe Gonçalves Rocha Santana[2]
Adriana Alves Nery[3]

Introdução

O transporte rodoviário de cargas é fundamental para a logística brasileira, sendo desempenhado por trabalhadores frequentemente submetidos a jornadas extensas, longos períodos longe de casa, pressão pelo cumprimento de prazos e privação do sono. Essas condições podem repercutir não apenas sobre a saúde física, mas também sobre o bem-estar psicológico dos caminhoneiros, contribuindo para situações de estresse ocupacional e sofrimento psíquico (Oliveira; Carlotto, 2020; Viana; Feitoza; Cerqueira-Santos, 2025).

Nesse cenário, as transformações na organização do trabalho também influenciam a rotina desses profissionais. Conforme apontam Moreno e Rotenberg (2009), os sistemas modernos de logística possibilitam o acompanhamento em tempo real das viagens e a emissão de alertas diante de paradas não programadas. Embora essas tecnologias possam contribuir para a segurança, o planejamento logístico e o monitoramento das cargas, sua utilização associada à cobrança excessiva por produtividade e ao cumprimento rígido de prazos pode reduzir a autonomia do trabalhador e intensificar situações de tensão durante a jornada (Moreno; Rotenberg, 2009).

Para lidar com essas exigências operacionais e com jornadas prolongadas, Knauth *et al.* (2012) observam que é frequente o recurso a estratégias nocivas de enfrentamento, tais como o consumo de tabaco e bebidas alcoólicas, o excesso de cafeína e o uso de substâncias anfetamínicas, conhecidas popularmente como “rebite”. Estudos apontam associação entre jornadas prolongadas de trabalho, privação do sono e maior utilização de substâncias

[1]Acadêmica do Curso de Graduação em Enfermagem da Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB), Campus de Jequié. E-mail: alanacecilia2004@gmail.com
[2] Enfermeiro. Mestrando em Ciências da Saúde pelo Programa de Pós-Graduação em Enfermagem e Saúde da UESB (PPGES/UESB), Campus de Jequié. Email: felipesanttana27@gmail.com
[3] Enfermeira. Doutora em Enfermagem pela Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto da Universidade de São Paulo (EERP-USP), docente do Departamento de Saúde II e do PPGES da UESB, Campus de Jequié. E-mail: aanery@uesb.edu.br

estimulantes entre caminhoneiros, empregadas, em alguns casos, como estratégia para prolongar o estado de vigília durante as viagens (Nascimento; Nascimento; Silva, 2007; Abreu *et al*., 2022). Esse excesso de trabalho, por sua vez, pode ser compreendido também como uma expressão de violência relacionada à organização do trabalho, na medida em que expõe os caminhoneiros a processos contínuos de desgaste físico e psíquico, comprometendo sua saúde, autonomia e qualidade de vida (Oliveira; Carlotto, 2020; Moreira; Leal; Barbosa, 2022).

Objetivo

Analisar as evidências científicas sobre as condições e a organização do trabalho, o estresse ocupacional e suas repercussões sobre a saúde mental de caminhoneiros.

Métodos

Tratou-se de uma revisão integrativa da literatura, de abordagem qualitativa e descritiva, realizada em agosto de 2026 nas bases de dados LILACS, por meio da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), e SciELO. A estratégia de busca combinou Descritores em Ciências da Saúde (DeCS/MeSH) e termos livres, utilizando a seguinte sintaxe: *("Saúde do Trabalhador" OR "Vigilância da Saúde do Trabalhador") AND ("Motoristas" OR "Caminhoneiros") AND ("Estresse Ocupacional" OR "Saúde Mental")*.

Foram incluídas publicações científicas completas, disponíveis nos idiomas português, inglês ou espanhol, publicadas entre 2007 e 2025. O ano de 2007 foi adotado como marco inicial por corresponder à promulgação da Lei nº 11.442/2007 (Brasil, 2007), que regulamentou o transporte rodoviário de cargas por conta de terceiros e mediante remuneração no Brasil, estabelecendo aspectos relacionados à organização e ao exercício dessa atividade profissional. A definição desse período buscou, portanto, contemplar produções desenvolvidas em contexto posterior a esse marco regulatório, possibilitando analisar evidências acerca das repercussões do trabalho sobre a saúde mental dos caminhoneiros ao longo dos anos. Os estudos deveriam abordar a atividade laboral dos caminhoneiros e sua relação com estresse ocupacional, saúde mental, sofrimento psíquico, transtornos mentais comuns, alterações do sono ou estratégias de enfrentamento relacionadas ao trabalho. Foram excluídos estudos duplicados, editoriais, trabalhos de conclusão de curso, teses, dissertações e publicações que não apresentassem relação direta com o objeto de estudo.

A busca inicial identificou 20 publicações. Após a leitura dos títulos e resumos, 16 estudos foram pré-selecionados para leitura na íntegra. Destes, sete foram excluídos por não atenderem aos critérios de elegibilidade, resultando em uma amostra final de 9 artigos. Os estudos selecionados foram submetidos à leitura analítica e crítica, com identificação e organização dos principais achados relacionados às condições de trabalho, aos fatores de estresse ocupacional e às repercussões sobre a saúde mental dos caminhoneiros. Posteriormente, os resultados foram agrupados em categorias temáticas para subsidiar a análise e a discussão dos achados.

Resultados e Discussão

A análise dos nove estudos selecionados permitiu organizar os principais achados em três categorias temáticas: organização e intensificação do trabalho; repercussões sobre a saúde mental; e sono, fadiga e estratégias de enfrentamento. De forma geral, os estudos demonstraram que as condições laborais dos caminhoneiros exercem influência importante sobre a saúde física e mental desses trabalhadores, especialmente quando associadas a jornadas prolongadas, alterações do sono, pressão por produtividade, redução da autonomia e

necessidade de permanecer por longos períodos em atividade.

As formas de organização e inserção no trabalho apareceram como elementos relevantes para compreender o processo de desgaste vivenciado pelos caminhoneiros. Moreno e Rotenberg (2009) demonstraram que aspectos como prazos, horários, organização das viagens e mecanismos de acompanhamento da atividade interferem diretamente na autonomia dos motoristas e na maneira como estes vivenciam o trabalho. Nessa perspectiva, a atividade não pode ser compreendida apenas a partir da duração da jornada, mas também pela forma como o trabalho é estruturado, controlado e submetido às exigências do setor de transporte.

Rocha, Fischer e Moreno (2018) também destacam que mudanças na organização do trabalho dos caminhoneiros, como terceirização, escalas irregulares e longas jornadas, podem repercutir negativamente sobre a saúde. Essas características podem contribuir para a intensificação do trabalho, principalmente quando associadas à necessidade de cumprimento de prazos e à redução dos períodos de descanso. Assim, ainda que mecanismos de monitoramento e rastreamento possam favorecer a segurança e a eficiência logística, sua utilização em contextos de elevada cobrança por produtividade pode ampliar situações de tensão e pressão ocupacional.

Essa organização laboral também se aproxima da discussão apresentada por Seligmann-Silva (2012), ao considerar que processos de intensificação do trabalho, pressão por resultados e diminuição da autonomia podem contribuir para diferentes formas de desgaste mental. Desse modo, os achados indicam que as condições de trabalho dos caminhoneiros devem ser analisadas de maneira ampliada, considerando tanto a jornada quanto as relações de controle, exigência e autonomia presentes na atividade profissional.

No que se refere especificamente à saúde mental, os estudos identificaram sofrimento psíquico, transtornos mentais comuns, estresse, ansiedade, depressão e desgaste mental entre caminhoneiros. Oliveira e Carlotto (2020) observaram associação entre fatores ocupacionais e transtornos mentais comuns, destacando a jornada de trabalho como um importante elemento estressor. Esses resultados reforçam a relação entre as exigências da atividade profissional e o adoecimento psíquico dos trabalhadores.

Moreira, Leal e Barbosa (2022) também evidenciaram desgaste mental associado às características da atividade laboral, com destaque para alterações relacionadas ao sono e às exigências impostas pela rotina profissional. De forma semelhante, Viana, Feitoza e Cerqueira-Santos (2025) observaram associação entre determinadas condições de trabalho e sintomas de depressão, ansiedade e estresse. Em conjunto, esses achados demonstram que o sofrimento mental não deve ser interpretado apenas a partir de características individuais, mas também como resultado das condições concretas em que o trabalho é desenvolvido.

Nesse sentido, jornadas extensas, descanso insuficiente, pressão por produtividade e necessidade de permanecer longos períodos nas estradas podem atuar de maneira combinada, favorecendo desgaste físico e emocional. A recorrência desses elementos entre os estudos reforça a importância de compreender a saúde mental dos caminhoneiros a partir de uma perspectiva relacionada à organização do trabalho e às condições às quais esses profissionais estão submetidos.

As alterações do sono e a fadiga também apareceram de forma recorrente nos estudos analisados. A necessidade de permanecer por longos períodos em atividade, muitas vezes associada a horários irregulares e períodos insuficientes de descanso, pode favorecer sonolência, redução do estado de alerta, cansaço físico e comprometimento da recuperação entre as jornadas. Nesse contexto, o sono deixa de ser apenas uma necessidade fisiológica e passa a ser diretamente influenciado pelas exigências impostas pela atividade profissional.

Outro achado relevante foi o uso de substâncias psicoativas como estratégia para enfrentar jornadas prolongadas e prolongar o estado de vigília. Nascimento, Nascimento e Silva (2007), Knauth *et al*. (2012) e Abreu *et al*. (2022) abordaram o consumo de álcool,

anfetaminas e outras substâncias entre caminhoneiros, relacionando esse comportamento a fatores como longas jornadas, necessidade de permanecer acordado, insônia e características da rotina de trabalho.

Conclusão

A revisão integrativa evidenciou que o comprometimento da saúde mental dos caminhoneiros não pode ser compreendido apenas a partir de comportamentos individuais, mas deve ser relacionado às condições concretas em que o trabalho é realizado. Jornadas extensas, períodos insuficientes de descanso, pressão por produtividade, redução da autonomia e diferentes mecanismos de controle compõem um contexto ocupacional capaz de favorecer desgaste físico e psíquico.

Nesse sentido, a principal contribuição desta revisão está em evidenciar a necessidade de intervenções que ultrapassem ações centradas exclusivamente no trabalhador e alcancem também a organização do trabalho. Medidas voltadas à adequação das jornadas, garantia de descanso, preservação da autonomia, redução de pressões excessivas e uso responsável de tecnologias de monitoramento são fundamentais para a proteção da saúde dessa categoria.

Sob a perspectiva da Saúde do Trabalhador, os achados reforçam a importância de políticas e ações intersetoriais que articulem promoção da saúde mental, prevenção do uso de substâncias como estratégia de enfrentamento das exigências laborais e melhoria das condições de trabalho. Dessa forma, proteger a saúde dos caminhoneiros exige reconhecer que o adoecimento está também relacionado à forma como o trabalho é organizado, regulado e vivenciado.

Descritores: Saúde do Trabalhador. Motoristas. Vigilância da Saúde do Trabalhador. Estresse Ocupacional.

Referências:

ABREU, Ângela Maria Mendes *et al.* Fatores associados ao uso de substâncias psicoativas entre motoristas profissionais de caminhão. **Revista Brasileira de Enfermagem**, Brasília, DF, v. 75, supl. 3, 2022.

BRASIL. **Lei nº 11.442, de 5 de janeiro de 2007**. Dispõe sobre o transporte rodoviário de cargas por conta de terceiros e mediante remuneração e revoga a Lei nº 6.813, de 10 de julho de 1980. Brasília, DF: Presidência da República, 2007.

KNAUTH, Daniela Riva *et al.* Manter-se acordado: a vulnerabilidade dos caminhoneiros no Rio Grande do Sul. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo, v. 46, n. 5, p. 886-893, 2012.

MOREIRA, Jansen Souza; LEAL, Ludwig Félix Machado; BARBOSA, Silvânia da Cruz. Saúde mental no transporte rodoviário de carga: olhar ao caminhoneiro. **Revista Psicologia e Saúde**, Campo Grande, MS, v. 14, n. 1, p. 133-145, 2022.

MORENO, Claudia Roberta de Castro; ROTENBERG, Lúcia. Fatores determinantes da atividade dos motoristas de caminhão e repercussões à saúde: um olhar a partir da análise coletiva do trabalho. **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**, São Paulo, v. 34, n. 120, p. 128-138, 2009.

NASCIMENTO, Eurípedes Costa do; NASCIMENTO, Evania; SILVA, José de Paula. Uso de álcool e anfetaminas entre caminhoneiros de estrada. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo, v. 41, n. 2, p. 290-293, 2007.

OLIVEIRA, Michelle Engers Taube de; CARLOTTO, Mary Sandra. Fatores associados aos transtornos mentais comuns em caminhoneiros. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, Brasília, DF, v. 36, e3653, 2020.

ROCHA, Felipe Pereira; FISCHER, Frida Marina; MORENO, Claudia Roberta de Castro. Organização do trabalho de motoristas de caminhão: necessidade de uma política intersetorial. **Revista Brasileira de Medicina do Trabalho**, [*s. l.*], v. 16, n. 2, p. 253-258, 2018.

SELIGMANN-SILVA, Edith. Trabalho e desgaste mental: o direito à saúde psíquica no trabalho contemporâneo. **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**, São Paulo, v. 37, n. 125, p. 14-26, 2012.

VIANA, Sanches Max Jesus; FEITOZA, João Paulo Machado; CERQUEIRA-SANTOS, Elder. Saúde mental de caminhoneiros: preditores demográficos e condições de trabalho. **Saúde e Desenvolvimento Humano**, Canoas, v. 13, n. 2, e13201, 2025.

Utilização da Inteligência Artificial Generativa: O modelo de inteligência artificial generativa Gemini (Google) foi utilizado exclusivamente na etapa final do trabalho para revisão linguística, ortográfica e gramatical, bem como para o suporte à adequação estilística, coesão e fluidez do texto. A ferramenta não foi empregada no levantamento bibliográfico, na seleção e triagem dos artigos, na análise e interpretação dos dados ou na redação do conteúdo científico original. Toda a concepção, análise crítica e elaboração intelectual da pesquisa são de inteira e exclusiva responsabilidade dos autores.

Eixo Temático 2: As práticas de cuidado no contexto do Sistema Único de Saúde.