

GOVERNANÇA DEMOCRÁTICA E A SAÚDE MENTAL NO TRABALHO:
uma análise da escala 6X1 e a criação da Lei nº 14.831 na promoção de saúde
mental e bem-estar dos trabalhadores da iniciativa privada.

Juliana Aires Barbosa Ribeiro¹
Nathália Geovanna dos Santos de Souza²
Mariana Carolina Barbosa Rêgo³

RESUMO

Este estudo teve por objetivo pesquisar como as novas leis podem gerar impacto na saúde mental dos trabalhadores da iniciativa privada sob o viés da governança democrática. A introdução justifica a escolha pelo tema, no contexto da governança democrática que é um modelo de gestão visando a participação da sociedade civil frente à prestação de contas. Considerando à escala 6x1 vs 4x3: Proposta de Emenda à Constituição PEC 08/2025 e a Lei nº 14.831/2024 como alternativas para a promoção da saúde mental dos profissionais em todo o país. O método abordado foi a revisão de literatura de artigos publicados e dados oficiais do governo brasileiro relacionados à saúde mental. O período de análise compreendeu publicações entre 1984 a 2025, sendo identificados 63 estudos, desses 46 estudos atenderam aos critérios de inclusão e foram selecionados. Na discussão foram apresentados os achados dos principais artigos que discutem sobre a PEC 08/2025 e a Lei nº 14.831/2024 como medidas de cuidado assistencial no âmbito do trabalho. As considerações finais reforçam que investir em políticas públicas de saúde mental é assegurar um direito fundamental e corroborar para um ambiente laboral sustentável, justo e humano. O artigo conclui com os limites dessa breve revisão, assim, reconhecendo a escassez de produções das palavras-chave utilizadas e para suprir as lacunas encontradas, sugere-se na agenda de pesquisa: o Decreto de nº 9.203 e a Lei 10.216/2001.

Palavras-chave: governança democrática; saúde mental; escala 6x1, Lei nº 14.831/2024.

1 INTRODUÇÃO

A governança surgiu com as reformas no setor público brasileiro, uma nova Administração Pública e a terceirização em que o Estado transfere organizações para o setor privado, na busca por eficiência e descentralização de poderes. De acordo com Reybrouck (2020), a democracia sempre foi alvo de questionamentos acerca da transparência e legitimidade do Estado perante a sociedade civil. A governança democrática emerge de um modelo de gestão que pode impactar diretamente em diversas áreas, especificamente a do presente estudo a Saúde Mental no trabalho.

¹ Pós-graduanda em Gestão Pública: Governança e Políticas Públicas no Instituto Federal de Brasília – Campus Brasília. E-mail: juliana.ribeiro1@estudante.ifb.edu.br.

² Pós-graduanda em Gestão Pública: Governança e Políticas Públicas no Instituto Federal de Brasília – Campus Brasília. Especialista em Psicologia do Trabalho, Psicologia Organizacional e Saúde Mental pela UNINASSAU. E-mail: nathaliasouza1@estudante.ifb.edu.br.

³ Docente do Instituto Federal de Brasília e Doutora em Administração pela Universidade de Brasília. Orientadora do Trabalho de Conclusão de Curso. E-mail: mariana.rego@ifb.edu.br.

Dessa forma, ressalta-se a relevância de se investigar o papel da governança democrática (participação, transparência, responsabilidade) influenciam a formulação, implementação e fiscalização de políticas e práticas relacionadas à saúde mental.

A Organização Mundial de Saúde (OMS) define que a saúde mental inclui transtornos mentais, deficiências psicossociais, níveis de sofrimento, graus variados, dificuldades funcionais e maneiras diferentes de viver. O bem-estar está diretamente relacionado ao ambiente em que vivemos, às nossas emoções, pensamentos, relações pessoais, condições ambientais e econômicas (SES, 2025). Em síntese, a saúde mental é fator biopsicossocial que atua no âmbito profissional e pessoal, ou seja, os trabalhadores devem ser assegurados em condições de trabalho que não atinjam negativamente à sua saúde física e mental.

Os estudos explorados no corpo deste trabalho demonstram que a saúde mental dos trabalhadores se encontra cada vez mais em estado de alerta, no que diz respeito à necessidade e à urgência para promoção da saúde mental no trabalho. Conforme apontado pela Organização das Nações Unidas (ONU) em 2024 o Brasil apresentou um aumento de 134% em relação ao ano anterior de solicitação de benefícios por incapacidade temporária associados à saúde mental no trabalho, ONU, (2025). Esses dados indicam um problema de saúde pública de magnitude nacional que Silva; Araujo; Brito (2022, p.37), tendo em vista que a condição de trabalho na sociedade moderna consegue moldar significados e realizar interações psicossociais que repercutem em todas as dimensões do viver, de forma especial, na saúde mental das pessoas.

Outrossim, é que a escolha desse tema se ampara na crescente desvalorização dos colaboradores nas últimas décadas, e no aumento do adoecimento mental dos trabalhadores da rede privada. No caso dos trabalhadores que dedicam tempo excessivo ao trabalho que consequentemente limitam-se nas outras experiências da vida; visto que, a escala 6x1 é um efeito negativo na vida dos trabalhadores que têm dificuldades em conciliar demandas profissionais e pessoais Ceribeli; Gouveia (2019). Em 2024, a deputada Erika Hilton (PSOL-SP), apresentou uma proposta de emenda à Constituição (PEC 08/2025), pela redução da jornada de trabalho e o fim da escala 6x1, o tema amplamente discutido busca olhares para os trabalhadores das empresas privadas, visando aprimorar a promoção da saúde mental, o acesso ao lazer, a qualidade de vida, bem como mitigar os afastamentos laborais decorrentes de problemas de saúde.

Diante dessa conjuntura, o Presidente da República, Luiz Inácio Lula da Silva, decretou a Lei nº 14.831/2024. Essa lei concede às empresas um Certificado de Empresa Promotora da Saúde Mental, dispõe no Art. 3º (I, II e III) sobre a I - promoção à saúde mental, II - bem-estar dos trabalhadores e III - transparência e prestação de contas. Destaca-se que Campos (2024) considera que esta Legislação não apenas reconhece, mas também incentiva práticas que são essenciais para o desenvolvimento e a manutenção de um ambiente laboral saudável e produtivo.

Destarte, este estudo se justifica, em virtude da complexidade da temática abordada, que envolve a relação entre saúde mental, condições laborais, governança democrática e os possíveis efeitos da Lei nº 14.831/2024. Assim, destacando a necessidade de refletir sobre como mudanças legislativas podem contribuir para a promoção do bem-estar dos trabalhadores e para a efetividade das políticas públicas voltadas à dignidade humana.

Por conseguinte, a problemática que se pretende investigar pode ser delimitada a partir da seguinte questão: Como a governança democrática, a criação da Lei nº 14.831/2024 e a escala 4x3 vs 6x1 (PEC 08/2025) contribuem para a promoção da

saúde mental e do bem-estar dos trabalhadores da iniciativa privada? A partir disso, o presente trabalho teve como objetivo compreender como as novas leis, podem gerar impacto na saúde mental dos trabalhadores com amparo do modelo de gestão governamental democrático.

Não obstante, a metodologia utilizada foi baseada na abordagem qualitativa, fundamentada em revisão bibliográfica e análise crítica de dispositivos legais, buscando compreender os possíveis efeitos da legislação trabalhista na saúde mental dos trabalhadores à luz da governança democrática. Durante a escrita do artigo, foram consultadas produções científicas nacionais e internacionais, além de documentos oficiais e legislações pertinentes, de modo a assegurar a consistência teórica e a relevância prática da análise. Dessa forma, para alcançar o objetivo proposto e colaborar com o tema estudado, foram analisados artigos publicados de 1984 a 2025, em bases eletrônicas e periódicos, como *Scopus*, *Web of Science*, *PubMed*, *SciELO* e Google Acadêmico. A próxima seção apresenta o percurso metodológico adotado neste trabalho de forma mais detalhada.

2 MÉTODO

Diante das repercussões observadas nos últimos anos sobre a temática de saúde mental e o aumento dos casos de trabalhadores que apresentaram doenças ocupacionais, o presente artigo foi escrito por meio de uma revisão bibliográfica de caráter qualitativo, posto que a pesquisa científica desempenha um papel de extrema relevância ao proporcionar a oportunidade de adquirir e produzir conhecimento (Guerra, 2023, p.151). Portanto, a escolha desse método, está embasada na perspectiva de que toda pesquisa constrói, isto é, na abordagem qualitativa, o valor da pesquisa está no processo, não só no produto, sendo, um processo de construção legítimo (Campos et al, 2023, p.98).

Na elaboração deste trabalho, foram consideradas produções científicas, legislações e documentos oficiais que abordam a relação entre condições de trabalho, qualidade de vida e políticas de saúde mental. A pesquisa bibliográfica é uma abordagem que se baseia em materiais já existentes, como livros e artigos científicos (Cruz 2023 apud Guerra, 2023, p.151) e tem por finalidade atualizar conhecimentos científicos, acompanhar o desenvolvimento de um assunto e analisar e avaliar informações já publicadas (Campos et al., 2023, p.98). A pesquisa bibliográfica utiliza-se de fontes secundárias, ou seja, das contribuições de autores sobre determinado tema, o que a diferencia da pesquisa do tipo documental (Cavalcante; Oliveira, 2020, p.85). Por sua vez, o trabalho científico em pesquisa qualitativa utiliza diversos instrumentos para coleta, análise e interpretação dos dados (Campos et al, 2023, p.98).

A busca pela literatura, foi realizada em bases de dados eletrônicas renomadas, como *Scopus*, *Web of Science*, *PubMed*, *SciELO* e Google Acadêmico e também sites de notícias, como: *BBC News Brasil* e Portal Câmara dos Deputados. Para a construção desta pesquisa, as palavras-chave são: governança democrática; saúde mental; escala 6x1, Lei nº 14.831/2024. A partir desta estratégia de busca, foram identificados 63 estudos, entre artigos de periódicos, monografias e livros físicos e digitais, sendo que 46 publicações foram selecionadas para compor esta pesquisa. Os outros 17 estudos não foram incorporados no presente trabalho, por não atenderem aos critérios de inclusão previamente estabelecidos, tais como: saúde mental, jornada de trabalho, carga horária, condições de trabalho, políticas públicas, legislação trabalhista, governança democrática e PEC 08/2025, demonstrando-se a inadequação ao tema central, duplicidade entre bases de dados e ausência de relação

direta com saúde mental e jornada de trabalho. E por fim, o período de publicação considerado abrangeu estudos publicados com recortes entre 1984 a 2025, com o objetivo de contemplar produções científicas alinhadas ao contexto contemporâneo das políticas públicas e da legislação trabalhista brasileira.

3 REVISÃO DE LITERATURA

Nesta seção serão apresentados os principais resultados e análises advindos das 46 publicações selecionadas na busca bibliográfica e documental. Com intuito de organizar as informações do estudo, a revisão está estruturada em quatro subseções, com a finalidade de facilitar a exposição dos dados e fomentar a discussão. Na primeira parte, apresentam-se os conceitos de governança democrática. Na segunda parte, o papel da governança democrática como prevenção aos desgastes mentais e ampliação do modo Qualidade de Vida no Trabalho (QVT). Na terceira parte uma proposta para o fim da escala 6x1 – as dinâmicas que discorrem sobre a PEC 08/2025. Na quarta parte, a lei nº 14.831/2024 que certifica as empresas que promovem saúde mental dos profissionais.

3.1 Governança Democrática

Para Oliveira e Pisa (2015, p.1) a governança é um assunto amplo que vai além da gestão, bem como, os seus princípios: da prestação de contas (*accountability*), ética, integridade, legalidade e participação social nas decisões.

A democracia depende de uma sociedade civil educada e bem-informada cujo acesso à informação lhe permite participar tão plenamente quanto possível na vida pública da sua sociedade e ter condições para analisar e criticar funcionários do governo ou políticas insensatas e tirânicas. (Silva; Costa, 2020, p.2)

Os conceitos e definições de governança democrática são polissêmicos. Em razão da historicidade e à dinâmica dos acontecimentos sociopolíticos, para dialogar sobre o tema, é necessário mencionar as décadas de 1970, 1980 e 1990, quando surgiram novos movimentos sociais e rupturas no cenário político do país (Arns, 2012, p.5).

Em conformidade com Pires, Lotta e Oliveira (2018, p. 80):

A perspectiva de governança democrática se torna, assim, uma configuração que reconhece a diversificação dos mecanismos de coordenação entre os atores em ambientes complexos e permite, dessa forma, aprofundar e aprimorar a produção de políticas públicas. (Pires; Lotta; Oliveira, p.80)

Essa é uma forma de integrar a participação cidadã à construção efetiva das políticas. A participação cidadã na formulação de políticas públicas é esperada para a construção de um Brasil mais pluralista, capaz de refletir sobre as demandas sociais.

Nesse contexto, as dinâmicas de 2024, culminando na sanção da Lei nº 14.831 de 27 de março de 2024 - Certificado Empresa Promotora da Saúde Mental, representam avanços significativos na governança democrática; e com as movimentações nas redes sociais e pela apresentação de proposta de emenda à Constituição (PEC), relativas à redução da jornada de trabalho e fim da escala 6x1 de 12 de novembro de 2024. Embora o tema ainda esteja em tramitação, a existência da democracia abre espaço para questionamentos sobre a condução das jornadas de trabalho e seus impactos diretos à saúde mental e ao bem-estar dos brasileiros.

3.2 Governança Democrática e a Prevenção de Doenças Mentais e Promoção da Qualidade de Vida no Trabalho

O tema da influência da saúde sobre as condições e a qualidade de vida, e vice-versa, tem ocupado políticos e pensadores ao longo da história (Buss, 2000, p.3). A abordagem da saúde mental, em suas vertentes preventivas de doenças mentais e de QVT, exige a integração das políticas públicas para Diniz (2024). Essas, enquanto arcabouço burocrático e prático, definem os parâmetros de responsabilidade que impactam a saúde. Ainda, é necessário a ação intersetorial entre o trabalhador, a governança e as empresas. Conforme Telles et al. (2015, p. 3) descrevem:

Diante da problemática em questão, faz-se necessária a adoção de medidas de intervenção com vistas à promoção da saúde e da qualidade de vida do trabalhador e melhoria das condições de trabalho. A promoção da saúde propõe a articulação de saberes técnicos e populares bem como a mobilização de recursos institucionais e comunitários públicos e privados para a sua resolução (Telles et al., 2015, p.3)

Em um primeiro momento, é importante entender o que causa os principais desgastes mentais, com o intuito de buscar estratégias para a promoção da saúde e bem-estar. Partindo da definição de Silva (2011) os aspectos que podem afetar a saúde dos trabalhadores da iniciativa privada são:

biológicos: (ansiedade e estresse); **química** (reações anafiláticas, alérgicas, dores no estômago, cefaleia crônicas, irritação nos olhos e resistência a medicamentos); **física** (irritabilidade, agressividade, labirintite, alterações da temperatura corpórea, queimaduras, choques elétrico e morte); **mecânica** (queda, ferimentos, fraturas, torções, contusões, dores nas costas e estresse) **fisiológica** (cefaleia, insônia, cansaço, irritação, falta de atenção, capacidade de julgamento, perda da capacidade de julgamento, e atenção, dores nos membros inferiores); **psíquica** (estresse, angústia, tristeza, ansiedade, depressão, insatisfação e desmotivação, frustrações etc.) (Silva, 2011, p.15-16)

Portanto, o colaborador adoecido não consegue exercer suas funções, sobrecarregando o outro que acabará adoecendo também e assim por diante. Nota-se, que segundo os dados publicados pela ONU, estima-se o crescimento nos benefícios concedidos no Brasil por incapacidade temporária vinculados aos transtornos mentais no ambiente de trabalho, com aumento de 134% em 2024, totalizando 472 mil casos (ONU, 2025).

Entre os casos, destacam-se afastamentos acidentários por reações ao estresse (28,6%), ansiedade (27,4%), episódios depressivos (25,1%) e depressão recorrente (8,46%). Quanto aos afastamentos em geral, destacam-se como predominantes os episódios depressivos (25,6%), a ansiedade (20,9%) e a depressão recorrente (12,0%) (ONU, 2025).

Baseado em Oliveira et al. (2024), a governança democrática com vistas na defesa de direitos e do bem comum no que estende à promoção em saúde, com apoio dos Conselhos de Saúde, agências de fiscalização, os trabalhadores, as empresas privadas e as políticas públicas em saúde mental devem atuar como metas que impactam na melhoria da qualidade de vida da população brasileira, principalmente

no âmbito do trabalho. A concessão desses direitos não é um pleito ambicioso, mas sim o ponto de partida que as políticas públicas e uma gestão democrática poderão efetivamente alterar a realidade dos dados, garantindo a fiscalização e eficiência na assistência mental de todos os profissionais, sobretudo aqueles submetidos à escala 6x1.

3.3 A escala 6x1 vs. 4x3: Proposta de Emenda à Constituição (PEC)

Ao longo da história, a sociedade buscou regulamentar o tempo dedicado ao trabalho, de forma a garantir um equilíbrio entre a atividade profissional e o bem-estar físico e mental dos empregados (Gonçalves, 2024, p. 6). Contudo, mesmo diante de diversas leis trabalhistas, os trabalhadores ainda são vítimas do sistema capitalista, sendo explorados incansavelmente. Sobretudo, porque a depender da jornada de trabalho, o indivíduo pode acabar tendo que racionalizar a sua vida pessoal (Oliveira, 2024, p.4).

Nota-se, entretanto, que a preocupação com a regulamentação da jornada de trabalho no Brasil não é recente, mas adquiriu contornos mais definidos e formais a partir do início do século XX (Gonçalves, 2024, p. 9).

Visto que, a Constituição de 1988 alterou a orientação que vinha sendo determinada constitucionalmente, estabelecendo no seu art. 7º: a “duração do trabalho normal não superior a oito horas diárias e quarenta e quatro semanais, facultada a compensação de horários e a redução da jornada, mediante acordo ou convenção coletiva de trabalho.” No inciso XIV do mesmo artigo dispõe: “jornada de seis horas para o trabalho realizado em turnos ininterruptos de revezamento, salvo negociação coletiva” (Apolinário, 2009, p.5).

Posto isto, a fixação de limites para a jornada de trabalho visa a proteger o trabalhador, garantindo tempo para descanso, lazer, e convivência familiar, elementos essenciais para a qualidade de vida e bem-estar (Gonçalves, 2024, p. 10). À vista disso, Carta Capital (2024) concatena que a escala de trabalho 6x1 é uma das jornadas que estão incluídas na CLT, um conjunto de leis que foi documentada por Getúlio Vargas em 1º de maio de 1943 que regulamenta as relações de trabalho. Sendo a mais comum no Brasil, estima-se que 65,8% dos trabalhadores formais sigam essa escala, sendo que 82% desse grupo recebe até dois salários-mínimos (Souza, 2025, p.1).

Diante disso, no dia 1º de maio de 2024, a deputada federal trans Erika Hilton apresentou uma Proposta de Emenda à Constituição até então sem número relacionada à escala de trabalho. Segundo a Agência Câmara de Notícias (2025) o texto, que estabelece jornada de quatro dias por semana e três de descanso, conseguiu o apoio de 171 deputados para começar a tramitar na Casa. Contudo, tal proposta esteve inerte até o dia 17 de setembro de 2025, quando o requerimento nº 93/2025, da Sra. Erika Hilton foi aprovada pela CTRAB - Comissão de Trabalho (Metrópoles, 2025)

Tendo em vista, que tal requerimento trata-se da realização de Audiência Pública que propõe o fim da escala 6x1, a redução da jornada para 36 horas semanais e a regulamentação da escala 4x3 (Brasil, 2025). Contudo, conforme o Departamento Intersectorial de Assessoria Parlamentar (2025) é importante ressaltar que a PEC 08/2025 foi apresentada pela deputada à Mesa Diretora da Câmara dos Deputados em 25 de fevereiro de 2025, possuindo assinaturas suficientes para o seu andamento.

O fim da escala 6x1 é a principal meta de um movimento chamado "Pela Vida Além do Trabalho" (VAT), fundado por Rick Azevedo, um ex-balconista de farmácia que se elegeu vereador pelo PSOL no Rio de Janeiro na eleição passada (BBC News Brasil, 2025).

A despeito de, segundo o Departamento Intersetorial de Assessoria Parlamentar (2025) a resistência dos setores empresariais constitui um dos principais entraves à tramitação da proposta. Porém, devido ao clamor popular a PEC 08/2025, tramitou e foi aprovada pela Comissão de Constituição e Justiça (CCJ) do Senado no dia 11 de dezembro de 2025, com uma pequena alteração na proposta (Metrópoles, 2025). A aprovação na CCJ representou um avanço significativo no processo legislativo, permitindo que a proposta siga agora para deliberação em plenário. A PEC 08/2025 recebeu um amplo apoio popular, o que culminou em diversas manifestações e pressões para que os deputados federais assinassem o requerimento e encaminhassem a proposta à Comissão de Constituição e Justiça (Café e Drummond, 2025, p.13).

A proposta de Emenda à Constituição 8 de 2025, considera também os efeitos econômicos diante da redução da jornada de trabalho. Segundo a economista Marilane Teixeira (UNICAMP), reduzir a jornada sem cortar salários poderia impulsionar a economia, aumentar o consumo, gerar mais empregos e reduzir o desemprego (Brasil, 2025).

Em súmula, ainda não é possível mensurar o impacto econômico que a Proposta de Emenda à Constituição nº 08/2025 traz ao empregador. Logo, até que a proposta seja aprovada e implementada, não é possível inferir os postos positivos e negativos.

3.4 A historicidade do trabalho à luz da Lei 14.831 de 2024

A palavra trabalho significa realizar uma tarefa exaustiva e sendo visto como um castigo que aqueles menos afortunados teriam que executar para se alimentar (Miranda, 2024, p.195). Assim, a primeira relação de trabalho de que se tem relatos é o trabalho escravo, tendo sua origem nas guerras, principalmente nas civilizações egípcia, babilônica, assíria e greco-romana (Cursino, 2024, p.3). Haja vista que esse método de trabalho não era apenas uma forma de exploração, mas uma instituição profundamente enraizada que moldou a estrutura da sociedade moderna. Um dos pontos principais que fortificou o modelo de exploração de mão de obra vista hodiernamente foi a Revolução Industrial, posto que, para que a burguesia pudesse maximizar seus lucros, os empregados precisavam trabalhar por mais horas e sem ganho adicional (Freire; Santos, 2022, p.19).

Sua mão de obra torna-se elemento para desenvolvimento de capital numa situação limite, em que, não somente a força de trabalho do sujeito vira mercadoria, mas sim, o próprio trabalhador, fazendo com que não somente a força de trabalho seja trocada, mas o próprio sujeito. A situação limite da alienação (Costa; Rodrigues, 2017, p.53).

Razão pela qual, ao longo da evolução humana, o trabalho foi crucial para a manutenção da vida, tanto individual quanto coletiva, de tal modo, que a estrutura da humanidade se fundamenta no conceito de trabalho (Cursino, 2024, p.3). Portanto, a forma como o trabalho é organizado tem um impacto direto e específico na saúde mental do indivíduo, que emerge de um sofrimento que pode ser resultado de uma organização do trabalho que simplesmente os ignora (Dapper e Sobrinho, 2023, p.6).

Diante desse contexto, a Lei nº 14.831/2024, sancionada em 27 de março de 2024, representa um avanço significativo na proteção da saúde mental dos

trabalhadores no Brasil (Matos et al., 2024, p.4), considerando que tal legislação surge em resposta às demandas sociais e econômicas por ambientes de trabalho mais saudáveis, onde os colaboradores possam exercer suas atividades sem prejudicar sua integridade psíquica (Ailán; Rabelo, 2025, p.13). Ainda nessa linha, cabe aos governos proteger e promover a saúde mental no trabalho em um nível mais macro (Lopes et al., 2025, p.2).

Por outro lado, a Lei nº 14.831/2024 promove a transparência nas ações de saúde mental, exigindo a prestação de contas sobre os resultados e incentivando o *feedback* e a participação dos colaboradores (Ailán; Rabelo, 2025, p.13). Sobretudo, porque a criação de políticas de trabalho flexíveis, programas de apoio psicológico e iniciativas que promovam o equilíbrio entre vida profissional e pessoal são essenciais para alcançar esse objetivo (Anacleto; Silva, 2025, p.693).

Dessarte, espera-se que as empresas efetivamente contemplem todos os seus artigos nela previstos (Lei nº 14.831/2024), como a implementação de programas de promoção da saúde mental no ambiente de trabalho, o incentivo ao equilíbrio entre vida pessoal e profissional, e o desenvolvimento de metas e análises periódicas dos resultados das ações de saúde mental Brasil (2024).

Ao fim e ao cabo, a Certificação prevista na Lei nº 14.831/2024 surge da necessidade da promoção da saúde mental e do bem-estar dos trabalhadores para à prestação de contas na sociedade civil, em conformidade com Brasil (2024), incluindo-se na tentativa de redução do esgotamento mental e as negligências das esferas vitais da vida, como a qualidade de vida no ambiente familiar, o lazer e o bem-estar físico e mental. Diante do exposto, com base nos estudos e publicações apresentados, percebe-se que a Lei nº 14.831/2024 representa uma resposta estatal às demandas da sociedade civil.

4 DISCUSSÃO

Ao término desta revisão, pode-se observar que a governança democrática tem se mostrado com grande relevância e contribuição para a saúde mental dos trabalhadores, no que tange a legalidade e participação social nas decisões (Oliveira, Pisa, 2015). Tendo em vista que o levantamento feito pela ONU, (2025) sobre o aumento dos afastamentos em geral de episódios depressivos (25,6%), ansiedade (20,9%) e depressão (12,0%) representam indicativos da saúde do trabalhador, por meio de políticas públicas em saúde mental, é possível promover cuidados ao bem-estar e qualidade de vida no trabalho.

Segundo Gonçalves (2024) ao analisar os artigos publicados, foi possível constatar que, apesar da relevância do tema, na maioria dos estudos acerca dessa temática nota-se uma preocupação com a regulamentação da jornada de trabalho no Brasil. Por esse motivo, considera-se a importância da aprovação da PEC, como um movimento chamado "Pela Vida Além do Trabalho" (VAT), para que o trabalhador tenha tempo para lazer, viagens e descanso, aspectos que são necessários para uma qualidade de vida e assim possivelmente reduzir os adoecimentos relacionados à saúde mental no trabalho.

Outro ponto pertinente a este estudo foi a Lei nº 14.831/2024, que representa um avanço significativo na proteção da saúde mental dos trabalhadores no Brasil, por incentivar a implementação de ações que visem a promoção à saúde mental e bem-estar dos trabalhadores para a transparência e prestação de contas (Matos et al.,

2024, p.4). Espera-se que essa lei seja de obrigatoriedade nacional, que as empresas recebam suas certificações e que pratiquem ações para alterar os dados negativos à saúde mental.

Para futuros profissionais, pesquisadores e o público-alvo deste estudo, enfatiza-se que existem respostas para os desafios ocupacionais relacionados à saúde mental e bem-estar. Para tal, discutiu-se a escala de trabalho 4x3 a (PEC 08/2025), a recente Lei 14.831/2024, as leis trabalhistas (apesar de sua rigidez). Conclui-se a questão apontando que é de urgência as iniciativas intersetoriais entre a governança, as empresas e a nação brasileira com intuito de fiscalizar, promover, implementar ações em benefício da saúde mental dos trabalhadores.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com base nos estudos explorados no corpo deste trabalho, conclui-se que a construção de políticas públicas voltadas à saúde do trabalhador, aliadas a uma gestão participativa e inclusiva, é condição indispensável para a efetivação de direitos e para o enriquecimento do bem-estar coletivo no mundo do trabalho. À face do exposto, buscou-se compreender como as novas leis, podem gerar impacto na saúde mental dos trabalhadores com amparo do modelo de gestão governamental democrático. Diante disso, verifica-se que tal objetivo foi alcançado, uma vez que a análise permitiu compreender não apenas os desafios impostos pelas jornadas de trabalho, mas também os avanços normativos que a legislação representa no cenário atual e considerou a importância da PEC 08/2025 e Lei nº14.831/2024 como medida de cuidado à saúde mental no trabalho. Ademais, em consonância com Diniz (2024) investir em condições laborais dignas, visando principalmente a saúde mental do colaborador, significa não apenas assegurar direitos fundamentais, mas também consolidar um ambiente produtivo mais sustentável, justo e humano.

Dentre as limitações, podem ser incluídas o tamanho da amostra, nesse sentido, não contempla todos os aspectos que se aprofundam o tema, por estudar o tema brevemente, há escassez de produção das principais palavras-chave governança democrática e saúde mental. Portanto consideramos frisar a importância da agenda de pesquisa futura, o Decreto de nº9.203, de novembro de 2017, que dispõe sobre a política de governança da administração pública federal direta, autárquica e fundacional (Brasil, 2017) dessa forma, analisar como a governança democrática, a criação da Lei nº 14.831/2024 e a escala 4x3 vs 6x1 (PEC 08/2025) contribuem para a promoção da saúde mental e do bem-estar dos trabalhadores da iniciativa privada, após a implementação para certificar os impactos da temática escolhida.

Diante dessa lacuna, com o objetivo de examinar tais problemas de pesquisa, sugere-se estudos acerca da Lei 10.216/2001, dispõe sobre a proteção e os direitos das pessoas portadoras de transtornos mentais e redireciona o modelo assistencial em saúde mental (Brasil, 2001) guiado pelo processo de desinstitucionalização (Rotelli et al., 1988) e o resgate da cidadania aos sujeitos alocados em manicômios, visando olhares para cuidado à vida — o antagonismo entre a associação da loucura como periculosidade social (Foucault, 1984) para o tratamento humanizado, por meio da desconstrução do modelo hospitalocêntrico para a valorização do modelo assistencial. A partir das construções históricas, sociopolíticas, as estatísticas de adoecimento e afastamentos temporários demonstram-se a importância da atuação governamental, a integração das organizações privadas e a voz do trabalhador para que as alternativas apontadas nesse trabalho atuem para enfrentar os desgastes ocupacionais no âmbito do trabalho. Por fim, esse estudo tem como propósito

contribuir para a literatura sobre a relação entre governança democrática, saúde mental, jornada de trabalho e no incentivo às empresas na promoção em saúde mental e bem-estar no trabalho, fornecendo subsídios para pesquisas futuras.

REFERÊNCIAS

AGÊNCIA BRASIL. BBC NEWS BRASIL. **Fim da escala 6x1: o que diz a proposta que reduz jornada de trabalho para 36 horas semanais.** [S.l.]. Agência Brasil, 2025. Disponível em: <https://www.bbc.com/portuguese/articles/cy5lqdv1q35o>. Acesso em: 26 mai. 2025.

AGÊNCIA CÂMARA DE NOTÍCIAS. Portal Câmara dos Deputados. **PEC que acaba com a escala de trabalho 6x1 é protocolada na Câmara. eletrônico:** Portal Câmara dos Deputados, 2025. Proposta estabelece quatro dias de trabalho por semana, em jornada de até 8 horas diárias e 36 horas semanais. Disponível em: <https://www.camara.leg.br/noticias/1136400-pec-que-acaba-com-a-escala-de-trabalho-6x1-e-protocolada-na-camara/>. Acesso em: 26 mai. 2025.

AGÊNCIA CÂMARA DE NOTÍCIAS. Câmara dos Deputados. **Proposta de redução da jornada de trabalho e fim da escala 6x1 gera debates no Plenário da Câmara.** [S.l.]. Agência Câmara de Notícias, 2024. Disponível em: <https://www.camara.leg.br/noticias/1110526-proposta-de-reducao-da-jornada-de-trabalho-e-fim-da-escala-6x1-gera-debates-no-plenario-da-camara>. Acesso em: 25 jun. 2025

AILÂN, Elisandra Rodrigues Araujo de; REBELLO, Flávia Adriana Santos. Reflexão sobre a Implementação de Programas de Saúde Mental no Ambiente de Trabalho segundo a Lei nº 14.831/2024. **Revista Cedigma**, [S.L.], v. 3, n. 5, p. 13-18, 1 fev. 2025. Disponível em: <https://doi.org/10.5281/zenodo.14783439>. Acesso em: 23 maio 2025.

ANACLETO, Naiade Goes; SILVA, Alice Andrade. FATORES DE RISCO E PROTEÇÃO PARA A SAÚDE MENTAL DE TRABALHADORES DO SETOR INDUSTRIAL. **Faculdades do Saber, eletrônica**, ed. 10, ano 2024, n. 24, p. 686-698, 30 dez. 2024. Disponível em: <https://rfs.emnuvens.com.br/rfs/article/view/329>. Acesso em: 25 mai. 2025.

APOLINÁRIO, Marcelo Nunes. A JORNADA DE TRABALHO NO DIREITO BRASILEIRO. **Contribuciones a las Ciencias Sociales**, eletrônica, ano 2009, Disponível em: <https://www.eumed.net/rev/cccss/05/mna.htm>. Acesso em: 26 mai. 2025.

ARNS, Paulo Cesar. GOVERNANÇA DEMOCRÁTICA E DESENVOLVIMENTO TERRITORIAL: AVANÇOS E LIMITES DAS INICIATIVAS BRASILEIRAS. **IADH**, eletrônica, ano 2012, Disponível em: https://www.iadh.org.br/wp-content/uploads/2012/04/Paulo_Cesar_Arns_Revisado.pdf. Acesso em: 22 mai. 2025.

BRASIL. Lei nº 14.831, de 27 de março de 2024. **Institui o Certificado Empresa Promotora da Saúde Mental e estabelece os requisitos para a concessão da certificação.** Diário Oficial da União: seção 1, Brasília, DF, 27 mar. 2024. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2023-2026/2024/lei/l14831.htm. Acesso em: 25 maio 2025.

BRASIL. Lei nº 10.216, de 6 de abril de 2001. **Dispõe sobre a proteção e os direitos das pessoas portadoras de transtornos mentais e redireciona o modelo assistencial em saúde mental.** Brasília, DF: Presidência da República, 2001. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/leis_2001/l10216.htm. Acesso em: 06 nov. 2025.

BRASIL. Constituição (1988). Decreto nº 9203, de 22 de novembro de 2017. Dispõe sobre a política de governança da administração pública federal direta, autárquica e fundacional. **Decreto Nº 9.203, de 22 de novembro de 2017.**

BRASIL. Congresso Nacional. **Proposta de Emenda à Constituição nº 8, de 25 fev. 2025.** Dá nova redação ao inciso XIII do art. 7º da Constituição Federal para dispor sobre a redução da jornada de trabalho para quatro dias por semana no Brasil. Disponível em: <https://www.congressonacional.leg.br/materias/materias-bicamerais/-/ver/pec-8-2025>. Acesso em: 15 dez. 2025.

BRASÍLIA. SENADO FEDERAL. (ed.). **Consolidação das Leis do Trabalho – CLT: e normas correlatas.** 6. ed. Brasília: Senado Federal, 2023. 175 p. (ISBN: 978-65-5676-411-5).

BUSS, Paulo Marchiori. Promoção da saúde e qualidade de vida. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 5, n. 1, p. 163–177, 2000. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/HN778RhPf7JNSQGxWMjdMxB/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 27 maio 2025.

CAFÉ, Antônio Eduardo Oliveira Damascena; DRUMMOND, Ana Thaís Kerner. A COMOÇÃO NAS REDES SOCIAIS SOBRE A REPRESENTAÇÃO DE PARLAMENTARES ACERCA DAS DISCUSSÕES SOBRE O FIM DA ESCALA DE TRABALHO 6X1, EM NOVEMBRO DE 2024, REMEDIADA PELO MODELO ELEITORAL/LEGISLATIVO PROPOSTO POR DAVID VAN REYBROUCK. **Derecho Y Cambio Social**, eletrônica, ano 2025, 14 jan. 2025. Disponível em: <https://doi.org/10.54899/dcs.v22i79.100>. Acesso em: 26 mai. 2025.

CARTA CAPITAL. **Entenda o que é e como funciona a escala de trabalho 6x1.** Por: VERENICZ, Marina. 14 novembro de 2024. Disponível em: <https://www.cartacapital.com.br/politica/entenda-o-que-e-e-como-funciona-a-escala-de-trabalho-6x1/>. Acesso em: 26 nov. 2025.

CAVALCANTE, Livia Teixeira Canuto; OLIVEIRA, Adélia Augusta Souto de. MÉTODOS DE REVISÃO BIBLIOGRÁFICA NOS ESTUDOS CIENTÍFICOS. **Psicologia em Revista, Belo Horizonte**, ed. 26, ano 2020, n. 1, p. 83-102, Disponível em: [file:///C:/Users/julia/Downloads/M%C3%89TODOS+DE+REVIS%C3%83O+BIBLIOGR%C3%81FICA+NOS+ESTUDOS++CIENT%C3%8DFICOS%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/julia/Downloads/M%C3%89TODOS+DE+REVIS%C3%83O+BIBLIOGR%C3%81FICA+NOS+ESTUDOS++CIENT%C3%8DFICOS%20(1).pdf). Acesso em: 27 jun. 2025.

CAMPOS, Ana Cristina Viana. Empreender com saúde mental: o impacto da Lei 14.831 no empreendedorismo feminino. **Brazilian Journal of Business (BJB)**, Curitiba, ed. 6, ano 2024, n. 3, p. 1-10, 16 set. 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.34140/bjbv6n3-033>. Acesso em: 25 mai. 2025.

CAMPOS, Livia Rezende Miranda; CRUVINEL, Belarmina Vilela; SANTOS, Anderson Oramisio; OLIVEIRA, Guilherme Saramago de. A revisão bibliográfica e a pesquisa bibliográfica numa abordagem qualitativa. Cadernos da Fucamp, **Cadernos da Fucamp**, v. 22, n. 57, p. 96-110, 30 ago. 2023. Disponível em: <https://revistas.fucamp.edu.br/index.php/cadernos/article/view/3042>. Acesso em: 26 set. 2025.

CERIBELI, Harrison Bachion; GOUVEIA, Pedro Nunes. Uma análise da relação entre a flexibilização dos arranjos laborais, a qualidade do ambiente de trabalho e a exaustão do trabalhador. **Revista do Programa de Mestrado em Administração e Desenvolvimento Empresarial da Universidade Estácio de Sá (MADE/UNESA)**, Rio de Janeiro, ed. 23, ano 2019, n. 2, 28 ago. 2019. Disponível em: <https://mestradoedoutoradoestacio.periodicoscientificos.com.br/index.php/admmade/article/view/4543>. Acesso em: 25 mai. 2025.

COSTA, Nilziane Costa; RODRIGUES, Sávio José Dias. ESCRAVIDÃO CONTEMPORÂNEA: condições de trabalho no relato de maranhenses resgatados de trabalho escravo contemporâneo. InterEspaço: **Revista de Geografia e Interdisciplinaridade**, São Luís, v. 3, n. 9, p. 49-65, maio/ago. 2017. DOI: 10.18764/2446-6549.v3n9p49-65. Disponível em: <https://periodicoseletronicos.ufma.br/index.php/interespaco/article/view/6261>. Acesso em: 26 nov. 2025.

CURSINO, Adélia Marina de Campos. A EVOLUÇÃO DO MUNDO DO TRABALHO: relações produtivas e sociedade. **Aracê**, [S.L.], v. 6, n. 4, p. 15013-15038, 16 dez. 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.56238/arev6n4-235>. Acesso em: 22 maio 2025.

DAPPER, Ana Paula; MOREIRA SOBRINHO, João Batista. Saúde Mental no Trabalho: aspectos que afetam o indivíduo no ambiente de trabalho. **Revista Foco**, [S.L.], v. 16, n. 12, p. 1-2, 11 dez. 2023. Disponível em: 10.54751/revistafoco.v16n12-048. Acesso em: 10 nov. 2025.

DEPARTAMENTO INTERSINDICAL DE ASSESSORIA PARLAMENTAR. PEC 8/25 propõe jornada de 4 dias semanais; entenda a mudança, 07 mar. 2025. Disponível em: <https://www.diap.org.br/index.php/noticias/agencia-diap/92179-pec-8-25-propoe-jornada-de-4-dias-semanais-entenda-a-mudanca>. Acesso em: 15 dez. 2025.

DINIZ, Layze de Abreu. QUALIDADE DE VIDA NO AMBIENTE DE TRABALHO: um direito fundamental. **Revista Foco**, [S.L.], v. 17, n. 6, p. 1-21, 18 jun. 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.54751/revistafoco.v17n6-073>. Acesso em: 27 maio 2025.

DISTRITO FEDERAL. Secretaria de Estado de Saúde. **Saúde Mental**. Brasília, DF, 2025. Disponível em: <https://www.saude.df.gov.br/diretoria-saude-mental>. Acesso em: 9 nov. 2025.

FREIRE, Vanesa Miranda; SANTOS, Miguel Rosa dos. O TRABALHADOR E A SUA LUTA NA REVOLUÇÃO INDUSTRIAL INGLESA – 1760 a 1895. **Gestão & Tecnologia**, Goiás: Jan/Jun, ed. 34, ano 2022, Bimestral. Disponível em: <https://faculadadedelta.edu.br/revistas3/index.php/gt/article/view/109/66>. Acesso em: 22 mai. 2025.

FOUCAULT, M. **Microfísica do poder**. Rio de Janeiro: Graal. 1984. Disponível em: https://www.nodo50.org/insurgentes/biblioteca/A_Microfisica_do_Poder__Michel_Foucault.pdf. Acesso em out 2025.

GONÇALVES, Lígia Barbosa. **ANÁLISE COMPARATIVA ACERCA DA DURAÇÃO DA SEMANA DE TRABALHO NA LEGISLAÇÃO TRABALHISTA EM CONTRASTE COM LEGISLAÇÕES TRABALHISTAS INTERNACIONAIS**. Orientador: Amauri César Alves. 2024. TCC (Graduação) - Curso de Direito, Universidade Federal de Ouro Preto, Ouro Preto, 2024. Disponível em: <http://www.monografias.ufop.br/handle/35400000/7220>. acesso em: 26 mai. 2025.

GUERRA, Avaetê de Lunetta e Rodrigues. METODOLOGIA DA PESQUISA CIENTÍFICA E ACADÊMICA. **Zenodo**, [S.L.], p. 149-159, 12 ago. 2023. Zenodo. <http://dx.doi.org/10.5281/ZENODO.8240361>. Disponível em: <https://doi.org/10.5281/zenodo.8240361>. Acesso em: 26 set. 2025.

LOPES, Priscila Pereira da Silva; AMARO, Joana; SCHAEFER, Rafaela; LEÃO, Teresa. APOIANDO QUEM CUIDA: uma revisão integrativa de intervenções e políticas de saúde mental para trabalhadores da saúde no Brasil e em Portugal. **Recima21 - Revista Científica Multidisciplinar** - Issn 2675-6218, [S.L.], v. 6, n. 2, p. 1-24, 8 fev. 2025. Disponível em: <https://doi.org/10.47820/recima21.v6i2.6223>. Acesso em: 23 maio 2025.

MATOS, Joise Gomes *et al.* TRABALHO E EXAUSTÃO: RESPONSABILIDADE DO EMPREGADOR NO DESENVOLVIMENTO DO BURNOUT. CONEXÃO **UNIFAMETRO**, eletrônica, ano 2024, Disponível em: [https://grcmlesydpdcd.objectstorage.sa-saopaulo-1.oci.customeroci.com/p/OQwcvnO-c63O08Gc2Kv4OTbJttj5ik60dguiDllyQ0wuo5SWnjHOLW9wNbylNql/n/grcmlesydpdcd/b/dtysppobjmntbtkp01/o/media/doity/submissoes/artigoa7e5a5023eb42cb89e6184d1aef239283410f108-segundo_arquivo.pdf](https://grcmlesydpdcd.objectstorage.sa-saopaulo-1 oci.customeroci.com/p/OQwcvnO-c63O08Gc2Kv4OTbJttj5ik60dguiDllyQ0wuo5SWnjHOLW9wNbylNql/n/grcmlesydpdcd/b/dtysppobjmntbtkp01/o/media/doity/submissoes/artigoa7e5a5023eb42cb89e6184d1aef239283410f108-segundo_arquivo.pdf). Acesso em: 23 mai. 2025.

MIRANDA, Jucélia de Araújo. SAÚDE MENTAL À LUZ DA ABORDAGEM DA PSICODINÂMICA DO TRABALHO DEJOURIANA. **Cedigma**, São Luís, ed. 2, ano 2024, n. 3, 19 set. 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.5281/zenodo.13790134>. Acesso em: 22 mai. 2025.

METRÓPOLES. **Como será a tramitação da escala 5x2 após CCJ do Senado aprovar PEC**. **Metrópoles**, 11 dez. 2025. Disponível em: <https://www.metropoles.com/brasil/como-sera-tramitacao-da-escala-5x2-apos-ccj-do-senado-aprovar-pec>. Acesso em: 15 dez. 2025.

ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS (ONU). **Brasil: afastamentos por problemas de saúde mental aumentam 134%**. Brasília: Nações Unidas no Brasil, 2025. Disponível em: <https://brasil.un.org/pt-br/292926-brasil-afastamentos-por-problemas-de-sa%C3%BAde-mental-aumentam-134>. Acesso em: 27 maio 2025.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE (OPAS). **Saúde mental**. [S. l.]: OPAS/OMS. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/topicos/saude-mental>. Acesso em: 6 nov. 2025.

OLIVEIRA, Antonio Gonçalves de; PISA, Beatriz Jackiu. IGovP: índice de avaliação da governança pública — instrumento de planejamento do Estado e de controle social pelo cidadão. **Administração Pública**, Rio de Janeiro, ano 2015, Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0034-7612136179>. Acesso em: 24 mai. 2025.

OLIVEIRA, Felipe Moura; HOLANDA, Thiago Costa; SOUSA, Joiciane Rodrigues de; MESQUITA, Maria do Socorro Silva; RIBEIRO, Rogeane Moraes; MESQUITA, Francisco Roberto da Silva; RICARTE, Thiago Limoeiro; RIBEIRO, Karina Valdez. PARTICIPAÇÃO DO CIDADÃO NA NOVA GOVERNANÇA PÚBLICA: uma revisão sistemática da literatura. **Revista Foco**, [S.L.], v. 17, n. 1, p. 01-2023, 31 jan. 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.54751/revistafoco.v17n1-180>. Acesso em: 30 set. 2025.

OLIVEIRA, Maria Eduarda Costa. **Sofrimento psíquico e social de mulheres periféricas desempregadas**. 2025. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Psicologia) – Universidade Federal de Mato Grosso do Sul, Campus do Pantanal, Corumbá, 2025. Acesso em: 26 nov. 2025.

PIRES, Roberto; LOTTA, Gabriela; OLIVEIRA, Vanessa Elias de. **Burocracia e políticas públicas no Brasil: interseções analíticas**. Brasília: Enap, 2018. 413 p. ISBN: 978-85-7811-331-5. Disponível em: https://www.mprj.mp.br/documents/20184/1330165/Burocracia_e_politicas_publicas_no_Brasil_-_intersecoes_analiticas.pdf. Acesso em: 24 mai. 2025.

REYBROUCK, David von. **Contra as eleições**. Tradução: Flavio Quintale. 1 ed. Brasil: Âyiné, 2020. 308 p. ISBN: 978-8592649289.

ROTELLI, Franco. **A INSTITUIÇÃO INVENTADA**. Publicado na Revista "Per la salute mentale/ For mental health" 1/88 – do “Centro Studi e Ricerche per la Salute Mentale della Regione Friuli Venezia Giulia”. Disponível em: <https://saudeecosol.wordpress.com/wp-content/uploads/2012/10/a-instituic3a7c3a3o-inventada-franco-rotelli1.pdf>. Acesso em 21 de out de 2025.

SILVA, Alexandre Antonio Bruno; ARAUJO, Elizabeth Alice Barbosa Silva; BRITO, Maria Ervanis. ADOECIMENTO MENTAL E SUICÍDIO NO TRABALHO: NEGAÇÃO DA CONDIÇÃO HUMANA PELO TRABALHO. BRASIL. Escola Nacional da Inspeção do Trabalho. **Revista da ENIT (Online)**. Brasília: ENIT. ISSN 2594-8628. Disponível em: <https://revistaenit.trabalho.gov.br/>. Acesso em: 26 nov. 2025.

SILVA, Fábio José da. **A capacidade para o trabalho e a fadiga entre trabalhadores de enfermagem**. Orientadora: Vanessa Elisa Andres Felli. 2011. Dissertação (Mestrado) - Curso de e, Práticas de Gerenciamento em Enfermagem e em Saúde, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2011. Disponível em: https://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/7/7140/tde05072011074244/publico/ME_Fabio_Jose_Silva.pdf. Acesso em: 27 mai. 2025.

SILVA, Geraldo Aparecido da; COSTA, Theles de Oliveira. GOVERNANÇA DEMOCRÁTICA, PARTICIPATIVA NOS CONSELHOS DE POLÍTICAS PÚBLICAS APLICADAS NA REESTRUTURAÇÃO DO HOSPITAL MUNICIPAL SÃO JOSÉ – HMSJ POR MEIO DE UM PLANO DIRETOR NO MUNICÍPIO DE ARCOS-MG. **MultiAtual, eletrônica**, ed. 1, ano 2020, n. 5, p. 78-93, 1 set. 2020. Disponível em: <https://www.multiatual.com.br/2020/08/governanca-democratica-participativa.html>. Acesso em: 27 mai. 2025.

SOUZA, Jessica Matheus de. **O CLT não tem um dia de paz!** — A memeificação do trabalho formal no Brasil e o descontentamento viral de uma geração. Labdeep, eletrônica, Disponível em: <https://labdeep.com/wp-content/uploads/2025/05/Portuguese-version-Memeification-of-brazilian-labour-protections-.pdf>. Acesso em: 26 mai. 2025.

TELLES, Anna Cláudia Maurício; BAPTISTA, Patrícia Campos Pavan; VASCONCELOS, Lucinda Helena da Silva de; BERNARDES, Carolina Luiza; RATIER, Ana Paula Pelegrini. PROMOÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO: RELATO DE EXPERIÊNCIA DE UM WORKSHOP ENVOLVENDO OS TRABALHADORES DE ENFERMAGEM. **Cogitare Enfermagem**, São Paulo, p. 626-631, 26 maio 2015. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/4836/483647680024.pdf>. Acesso em: 27 maio 2025.

AGRADECIMENTOS

Agradecemos, primeiramente, a Deus que nos deu força e vontade para pesquisar sobre o tema deste trabalho. Aos familiares e amigos das autoras, que são nossa rede de apoio e amor. À nossa Orientadora, Dra. Mariana Rêgo, pela oportunidade de construirmos este trabalho sob as suas orientações e seus cuidados. Ao Instituto Federal de Brasília (IFB), por meio desta instituição, que tivemos o privilégio de acesso à educação e à pesquisa bibliográfica. Ao Simpósio de Integração, Inovação Tecnológica (SIIT/2025) pela valorização e reconhecimento do presente artigo, com sua aprovação e apresentação no evento.



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

DECLARAÇÃO

Juliana Aires Barbosa Ribeiro
Nathália Geovanna dos Santos de Souza

GOVERNANÇA DEMOCRÁTICA E A SAÚDE MENTAL NO TRABALHO: uma análise da escala 6X1 e a criação da Lei nº 14.831 na promoção de saúde mental e bem-estar dos trabalhadores da iniciativa privada

Artigo do Curso de Pós-Graduação em Gestão Pública: Governança e Políticas Públicas, do *Campus* Brasília, do Instituto Federal de Brasília como requisito parcial para obtenção de certificado de Especialista em Gestão Pública.

Aprovado em: 09 de dezembro de 2025.

BANCA EXAMINADORA

(Assinado eletronicamente)

Mariana Carolina Barbosa Rêgo – Orientadora

(Assinado eletronicamente)

Nancy da Luz Davidis - Avaliadora

(Assinado eletronicamente)

Izabela Parabaíba Calegari - Avaliadora

Documento assinado eletronicamente por:

- **Mariana Carolina Barbosa Rego**, PROFESSOR ENS BASICO TECN TECNOLOGICO, em 11/12/2025 16:47:18.
- **Nancy da Luz Davidis**, PROFESSOR ENS BASICO TECN TECNOLOGICO, em 11/12/2025 18:31:24.
- **Izabela Paranaíba Calegari**, PROFESSOR ENS BASICO TECN TECNOLOGICO, em 12/12/2025 20:27:27.

Este documento foi emitido pelo SUAP em 09/12/2025. Para comprovar sua autenticidade, faça a leitura do QRCode ao lado ou acesse <https://suap.ifb.edu.br/autenticar-documento/> e forneça os dados abaixo:

Código Verificador: 663530
Código de Autenticação: 8166eb83f7





Campus Brasília
Via L2 Norte, SGAN 610, Módulo D, E, F e G., None, Asa
Norte, BRASÍLIA / DF, CEP 70.830-450
(61) 2193-8055