

Janeiro Branco: saúde mental no setor elétrico ¹

Barbara Correa Lotzniker ²

De acordo com dados da Associação Nacional de Medicina do Trabalho (ANAMT), aproximadamente 30% dos trabalhadores brasileiros sofrem com a síndrome de Burnout – ou Síndrome do Esgotamento Profissional -, uma doença ocupacional reconhecida e classificada pela Organização Mundial da Saúde (OMS). Atualmente, o Brasil é o segundo país com mais casos diagnosticados no mundo.

O Janeiro Branco, campanha dedicada à conscientização sobre saúde mental, é uma oportunidade para empresas refletirem sobre o bem-estar de seus colaboradores. No setor elétrico, marcado por intensas demandas operacionais e pressões constantes para garantir a estabilidade energética do país, o cuidado com a saúde mental deve ser uma prioridade.

Profissionais do setor enfrentam desafios como longas jornadas, necessidade de respostas imediatas a crises e o peso da responsabilidade em um setor vital para a economia e a sociedade. Essa realidade pode gerar altos níveis de estresse, ansiedade e burnout, com impactos diretos na produtividade, segurança e retenção de talentos.

Para grandes empresas do setor de energia, como concessionárias, geradoras e transmissoras, investir no bem-estar de seus colaboradores não é apenas uma questão ética, mas também uma escolha de negócio inteligente. Programas de saúde mental podem incluir o treinamento de lideranças para identificar sinais de sofrimento emocional, a oferta de canais de apoio psicológico e a criação de ambientes que valorizem a comunicação aberta e o respeito às individualidades.

Além disso, a tecnologia emerge como uma aliada crucial. Automação de processos, uso de inteligência artificial (IA) e ferramentas digitais podem reduzir a carga mental de atividades repetitivas ou de alta responsabilidade. Por exemplo, sistemas automatizados para monitoramento e manutenção de redes podem diminuir a pressão sobre equipes de campo e de centros de controle, permitindo que se concentrem em atividades mais estratégicas e menos extenuantes. Da mesma forma, plataformas de gerenciamento operacional podem oferecer maior previsibilidade e eficiência, reduzindo a ansiedade causada por tarefas críticas e imprevistos.

Empresas que integram tecnologia com cuidado humano demonstram uma visão de futuro que equilibra inovação e responsabilidade social. Ao adotar práticas voltadas para a saúde mental e explorar o potencial das ferramentas digitais, o setor elétrico pode construir um ambiente mais saudável e sustentável para seus profissionais, garantindo, ao mesmo tempo, melhores resultados operacionais e a preservação de seu ativo mais valioso: as pessoas.

¹ Artigo publicado na Agência CanalEnergia. Disponível em:

<https://www.canalenergia.com.br/artigos/53300026/janeiro-branco-saude-mental-no-setor-eletrico>. Acessado em 13.01.2025

² CEO da Concert Technologies.

Que este Janeiro Branco seja um convite à transformação cultural no setor, fortalecendo o compromisso com a saúde mental em um mundo em constante mudança.