

## CAPÍTULO 13

### **A INFLUÊNCIA DAS TECNOLOGIAS NAS ORGANIZAÇÕES: UM OLHAR SOBRE A SAÚDE MENTAL**

#### **Rosângela Mota dos Anjos**

Graduada em Administração de Empresas – Universidade Católica do Salvador, Pós-graduada em Gestão de Projetos – UNIFACS Universidade Salvador, Graduada em Psicologia, UNIRP.

#### **Tiago Moreno Lopes Roberto**

Graduado em Psicologia, Pedagogia e Sociologia.  
Doutor em Ciências da Saúde (FAMERP)  
Mestre em Psicologia da Saúde (FAMERP)  
Docente da UNIRP, Faculdade Futura e UNIFAVENI.

#### **Elimeire Alves de Oliveira**

Mestre em Ensino e Processos Formativos. Especialista em Gestão Escolar.  
Especialista em Tutoria Em Educação à Distância e Docência do Ensino Superior.  
Graduada em Direito, Pedagogia e Letras.  
Docente e Coordenadora do Curso de Pedagogia na Faculdade Futura.

### **RESUMO**

Este resumo analisa os impactos da transformação digital nas organizações, destacando que a incorporação intensiva de tecnologias e da Inteligência Artificial ultrapassa a dimensão produtiva e alcança a saúde mental dos trabalhadores. Evidencia-se que a automação e a hiperconectividade ampliam pressões adaptativas, redefinem competências e potencializam riscos psicossociais no ambiente laboral. Assim, reforça-se a necessidade de modelos organizacionais que conciliem inovação tecnológica e gestão humanizada do trabalho.

O avanço acelerado das tecnologias digitais transformou profundamente a dinâmica das organizações, impactando práticas de gestão, processos produtivos e relações de trabalho. A adoção de ferramentas digitais, sistemas automatizados e, mais recentemente, da Inteligência Artificial (IA), tem promovido benefícios como otimização de processos, aumento de produtividade e redução de riscos operacionais. Contudo, esses avanços também têm gerado efeitos significativos sobre a saúde mental dos trabalhadores, especialmente relacionados ao aumento das demandas cognitivas, sobrecarga informacional, isolamento, ansiedade e insegurança frente aos processos de automação (Wisskirchen et al., 2017; Bossmann, 2016). Pesquisas recentes demonstram que o uso intensivo de tecnologias tem relação direta com sintomas como estresse, dificuldades de sono, redução das interações presenciais e aumento da comparação social, aspectos já observados em estudos empíricos com usuários jovens e trabalhadores de diferentes setores. Assim, torna-se essencial compreender

como a tecnologia, ao mesmo tempo em que beneficia as organizações, pode representar riscos importantes para o bem-estar psicológico. A incorporação intensa de tecnologias no ambiente corporativo redefiniu processos, competências exigidas e ritmos de trabalho. Com isso, surgem novos fatores de risco psicossocial que ainda não são plenamente reconhecidos ou tratados pelas instituições. A relevância deste estudo reside na necessidade de fomentar práticas organizacionais mais saudáveis, subsidiadas por pesquisas que evidenciem os impactos da digitalização no bem-estar humano. Nesse cenário, observa-se uma reconfiguração estrutural das organizações, marcada pela intensificação do ritmo de trabalho, ampliação do monitoramento digital e redefinição das competências exigidas, o que impacta diretamente a experiência subjetiva do trabalhador contemporâneo. Ademais, compreender tais implicações permite orientar políticas de gestão de pessoas, prevenção de adoecimentos e promoção da saúde mental no trabalho. Trata-se de uma revisão bibliográfica narrativa, realizada com base em publicações científicas indexadas em bases como SciELO, Google Acadêmico e periódicos internacionais. Foram utilizados os descritores: *tecnologia, saúde mental, organizações, inteligência artificial, estresse tecnológico*.

**Critérios de inclusão:** textos publicados entre 2015 e 2024, disponibilidade completa, pertinência temática e presença de discussões sobre saúde mental.

**Critérios de exclusão:** artigos que tratem exclusivamente de aspectos técnicos sem interface com comportamento humano ou saúde ocupacional. A pesquisa aponta que o uso excessivo de tecnologias digitais está associado à dependência tecnológica, ao isolamento social e prejuízos na qualidade do sono, especialmente entre jovens adultos. Em uma pesquisa de campo realizada, 55,3% relataram impactos negativos no humor e bem-estar, e o mesmo percentual afirmou prejuízo nas interações sociais presenciais (Santos; Soares; Tenorio, 2024). Esses achados reforçam a importância de compreender que trabalhadores hiperconectados podem desenvolver sintomas como ansiedade e exaustão emocional. Ao mesmo tempo em que reduz esforços físicos e riscos ocupacionais, também traz tensões significativas, principalmente pela possibilidade de substituição de empregos e aumento da pressão por adaptação às novas tecnologias. Segundo Wisskirchen et al. (2017), cerca de um terço das ocupações atuais pode ser automatizada, o que intensifica sentimentos de insegurança trabalhista e estresse organizacional. Além disso, problemas de visão, lesões por esforço repetitivo, estresse e isolamento são mencionados como efeitos adversos associados ao uso intensivo de sistemas digitais. O conteúdo dos artigos também evidencia que a exposição contínua à informação online proporciona sobrecarga cognitiva, ansiedade e desgaste emocional. Tais transformações configuram novos riscos psicossociais no ambiente laboral, caracterizados pela hiperconectividade, pela pressão por atualização constante e pelo temor da obsolescência profissional diante da automação crescente. A comparação

social mediada por ambientes digitais intensifica a sensação de inadequação e pressão por desempenho, como descrito por Santos et al. (2024). A discussão torna-se ainda mais relevante no contexto pós-pandemia, em que a digitalização acelerada consolidou modelos híbridos e remotos de trabalho, ampliando a dependência tecnológica e seus desdobramentos emocionais. A análise dos artigos demonstra que a tecnologia exerce dupla influência sobre as organizações: ao mesmo tempo em que promove eficiência, inovação e segurança operacional, também desencadeia efeitos negativos sobre a saúde mental dos trabalhadores. Entre os impactos identificados estão estresse, ansiedade, insegurança profissional, isolamento e sobrecarga informacional.

Conclui-se que a digitalização deve ser acompanhada de políticas de gestão humanizada, programas de saúde mental e práticas organizacionais que considerem as demandas emocionais impostas pela era digital. O desafio contemporâneo é harmonizar avanços tecnológicos com cuidado integral ao trabalhador.

**PALAVRAS-CHAVE:** Inteligência Artificial, Saúde Mental, Organizações, Tecnologia.

## REFERÊNCIAS

**SANTOS, Lincoln G. B.; SOARES, Heitor Z.; TENORIO, Marcelo B.** *A influência da tecnologia na saúde mental*. Faculdade de Tecnologia de Presidente Prudente, 2024. Disponível em:

<https://ric.cps.sp.gov.br/handle/123456789/28863>

**APPELBAUM, S. H.** The relationship of technological change to productivity and employee morale. *Journal of Technology Management*, 1997.

**McCARTHY, John.** What is Artificial Intelligence? Stanford University, 1963. Disponível em: <http://jmc.stanford.edu/articles/ai/ai.pdf>.

**WISSKIRCHEN, G. et al.** Artificial Intelligence and Automation: Implications for the Future of Work. 2017. DOI: 10.2139/ssrn.3097267.

**BOSSMANN, J.** The future of jobs: how technology will transform the workplace. *World Economic Forum*, 2016.

**AESST – Agência Europeia para a Segurança e Saúde no Trabalho.** Automação e segurança ocupacional. 2017.