

Campanha Locais de Trabalho Seguros e Saudáveis 2026-2028

JUNTOS PELA SAÚDE MENTAL NO TRABALHO

Prevenir os riscos psicossociais



Uma força de trabalho bem-sucedida começa com um local de trabalho saudável. Quando os empregadores valorizam e capacitam os trabalhadores, previnem consequências nocivas e permitem que todos progridam. Um local de trabalho bem gerido, que aborde os riscos psicossociais, beneficia as pessoas e impulsiona a inovação, a colaboração e o sucesso a longo prazo.

A campanha **Juntos pela saúde mental no trabalho**, liderada pela EU-OSHA, sensibiliza para os riscos psicossociais e promove ambientes de trabalho favoráveis, inclusivos e saudáveis em todos os setores.



A carga de trabalho excessiva, bem como a falta de controlo e de comunicação, são os principais riscos psicossociais que prejudicam o bem-estar mental. Se não forem controlados, podem conduzir a esgotamento profissional, depressão ou ansiedade, afetando os trabalhadores e comprometendo o desempenho, a competitividade e a sustentabilidade das empresas.

Esta campanha promove a prevenção através da avaliação e da gestão adequadas dos riscos,

incentivando a cooperação entre empregadores, chefias, trabalhadores e representantes. Enfatiza uma abordagem holística que tem em conta tanto os riscos físicos como os psicossociais.

Destaca igualmente os desafios setoriais específicos e os grupos vulneráveis, além de defender soluções inclusivas, assegurando que todos possam trabalhar num ambiente favorável ao bem-estar mental.

29 % dos trabalhadores da UE sofrem de *stress*, ansiedade ou depressão causados ou agravados pelo trabalho.

Inquérito «Tomar o pulso à SST, 2025»

Explore as cinco áreas prioritárias da campanha

1. Avaliação e gestão dos riscos psicossociais;
2. Assédio moral, assédio sexual e violência;
3. Riscos físicos e saúde mental;
4. Riscos psicossociais no setor da saúde e apoio social; e
5. Apoio à saúde mental no trabalho.



Junte-se a nós: apoie a campanha e ajude a tornar a saúde mental uma prioridade em todos os locais de trabalho.



Serviço das Publicações
da União Europeia



#EUhealthyworkplaces

healthy-workplaces.osha.europa.eu