

Saúde mental no meio rural: o fenômeno do agorburnout no contexto capixaba

Mental health in rural areas: the phenomenon of agorburnout in the context of Espírito Santo

Julia Cerqueira Barcellos¹

Thamires Rodrigues Dos Santos²

Alex Roberto Machado³

Resumo

Este artigo tem como objetivo apresentar e discutir o conceito de *Agorburnout*, desenvolvido neste estudo para descrever o esgotamento físico e emocional vivido por produtores e produtoras rurais, especialmente aqueles que trabalham com café e pimenta-do-reino em Linhares e região. O termo é proposto para representar um conjunto de sintomas ligados ao excesso de trabalho, pressão por produtividade e dificuldade de equilibrar rotina profissional e vida pessoal. Além disso, busca-se entender por que as mulheres rurais demonstram maior vulnerabilidade a esse desgaste, considerando suas múltiplas funções dentro e fora das lavouras. A pesquisa foi realizada com abordagem qualitativa, por ser a mais adequada para compreender experiências subjetivas e sentimentos relacionados ao trabalho no campo. Primeiro, realizou-se uma pesquisa bibliográfica em materiais sobre saúde mental, esgotamento profissional e condições de vida dos trabalhadores rurais, que ajudou a construir a base teórica necessária. Em seguida, foi aplicado um formulário a produtores e produtoras de Linhares e região, incluindo perguntas abertas e fechadas sobre rotina, divisão de tarefas, sinais de estresse e percepção da própria saúde mental. Os resultados mostram que o *Agorburnout* aparece de forma recorrente no dia a dia dos trabalhadores, causando cansaço extremo, irritabilidade, sensação de pressão constante e queda no rendimento das atividades. Observou-se também que as mulheres são mais afetadas devido à sobrecarga de responsabilidades e à pouca oferta de apoio emocional. Esses achados reforçam a importância de reconhecer o *Agorburnout* como um problema real e urgente, estimulando mais debates e ações voltadas à saúde mental no campo.

Palavras-chave: Agorburnout; Saúde mental rural; Produtores rurais; Trabalhadoras rurais; Café e pimenta-do-reino; Esgotamento profissional; Linhares; Sobrecarga emocional.

Abstract

This article aims to present and discuss the concept of *Agorburnout*, developed in this study to describe the physical and emotional exhaustion experienced by rural producers, especially those

¹ Graduando em Administração pela Faculdade de Ensino Superior de Linhares (FACELI). E-mail: juhcerqueirabarcellos@gmail.com.

² Graduando em Administração pela Faculdade de Ensino Superior de Linhares (FACELI). E-mail: tamiresbayer@gmail.com

³ Docente da Faculdade de Ensino Superior de Linhares (FACELI). E-mail: alex.machado@faceli.edu.br

working with coffee and black pepper in Linhares and the surrounding region. The term is proposed to represent a set of symptoms related to excessive workload, pressure for productivity, and difficulties in balancing professional routine and personal life. In addition, the study seeks to understand why rural women demonstrate greater vulnerability to this exhaustion, considering their multiple roles inside and outside the fields. The research was conducted using a qualitative approach, as it was considered the most appropriate method for understanding subjective experiences and feelings related to rural work. First, a bibliographic review was carried out using materials on mental health, professional burnout, and the living conditions of rural workers, which helped establish the necessary theoretical foundation. Subsequently, a questionnaire was applied to rural producers from Linhares and the surrounding region, including open- and closed-ended questions about routine, division of tasks, signs of stress, and perceptions of their own mental health. The results show that Agroburnout appears recurrently in the daily lives of workers, causing extreme fatigue, irritability, a constant sense of pressure, and reduced work performance. It was also observed that women are more affected due to the overload of responsibilities and the limited availability of emotional support. These findings reinforce the importance of recognizing Agroburnout as a real and urgent issue, encouraging further discussion and actions aimed at promoting mental health in rural areas.

Keywords: Agroburnout; Rural mental health; Rural producers; Rural women workers; Coffee and black pepper; Professional burnout; Linhares; Emotional overload.

INTRODUÇÃO

O cultivo de café e pimenta-do-reino tem papel fundamental na economia de Linhares (ES) e no sustento de muitas famílias rurais. Apesar de serem atividades tradicionais e muito valorizadas na região, ainda se discute pouco sobre como o trabalho no campo afeta a saúde mental dos produtores e produtoras. No dia a dia, é comum que esses trabalhadores lidem com longas jornadas, pressão por produtividade, uso constante de agrotóxicos, instabilidade climática e responsabilidades que vão além da lavoura. Esses fatores, quando somados, podem gerar cansaço extremo, irritabilidade, dificuldades de sono e sensação de esgotamento (LUIZ; et al. 2016, p.56).

Durante a pesquisa bibliográfica e a aplicação do formulário, ficou perceptível que muitos desses sintomas são frequentes, mas pouco reconhecidos. A partir dessa observação, este artigo propõe o conceito de *Agroburnout*, criado para nomear o desgaste físico e emocional relacionado ao excesso de trabalho e às condições específicas da vida rural. Essa proposta surge da necessidade de dar visibilidade a um problema que atinge grande parte dos trabalhadores, mas que ainda não possui uma definição própria dentro dos estudos sobre saúde mental.

Além disso, percebeu-se uma vulnerabilidade maior entre as mulheres rurais, que muitas vezes acumulam o trabalho na lavoura com tarefas domésticas, cuidado dos filhos e outras responsabilidades familiares. Essa dupla ou tripla jornada

aumenta a sobrecarga e reduz o tempo para descanso, tornando-as mais suscetíveis ao *Agroburnout*.

Diante desse cenário, este estudo buscou compreender como o *Agroburnout* se manifesta entre os produtores de Linhares e região, identificando seus principais impactos e incentivando uma discussão mais ampla sobre saúde mental no campo.

1. CONCEITOS CENTRAIS

Conforme a Organização Mundial de Saúde (OMS) a compreensão acerca da questão social da saúde mental, de um modo geral, pode centrar frente a ideia de ser “um estado de bem-estar”, no qual, o indivíduo pode realizar suas habilidades, assim como, lidar com as tensões normais da vida, em trabalhar produtivamente contribuindo à comunidade e, nesse entendimento, tem-se o reforço de que a saúde mental não é apenas a ausência de doença, mas sim, também pode ser compreendida como qualidade de vida, funcionamento social e condições adequadas de trabalho.

Segundo a OMS (2019), burnout é um fenômeno ocupacional decorrente do estresse crônico no ambiente de trabalho, quando não controlado, manifestando-se por exaustão, distanciamento mental do trabalho e queda da eficácia profissional.

Conforme o Código Civil brasileiro (Lei nº 10.406/2002) diante de seus art. 971 e 972 as normas complementares define que o produtor rural é aquele que, de maneira habitual ou profissional, desenvolve atividades ligadas à agricultura, pecuária, silvicultura, aquicultura ou atividades similares, destinadas ao comércio ou à subsistência.

2. REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

2.1 Determinantes Sociais e Ocupacionais do Adoecimento.

De acordo com Lima e Bezerra (2017), trabalhadores rurais apresentam maior vulnerabilidade aos transtornos mentais comuns por estarem expostos a condições ambientais severas e desgaste físico contínuo.

Em um estudo de base populacional no Sul do Brasil, Luiz et al. (2016), identificaram que a exposição a agrotóxicos está diretamente associada à presença de sintomas depressivos e ansiosos, reforçando que o uso intensivo dessas

substâncias compromete a saúde mental. Menezes et al. (2020) também ressaltam que trabalhadores intoxicados frequentemente relatam irritabilidade, insônia e perda de memória, sinais compatíveis com sofrimento psíquico.

Entre os principais fatores que comprometem a saúde mental do trabalhador rural, estão a exposição a agrotóxicos, a instabilidade climática, a insegurança econômica e as condições de trabalho extenuantes. Segundo Vasconcelos e Jones (2022), dívidas, variações de safra e pressões do mercado geram estresse constante, que se soma a jornadas longas e ao trabalho muitas vezes informal, apontados por Silva (2022) como fontes importantes de desgaste mental.

Além disso, Menezes (2020) reforça que o contato frequente com pesticidas não só provoca problemas físicos, como intoxicações, mas também está relacionado a maior risco de suicídio entre agricultores.

2.2 Saúde Mental, Produtividade no Agronegócio e Economia

Vasconcelos e Jones (2022) observam que trabalhadores com boa saúde física e emocional demonstram maior resiliência diante das adversidades, especialmente em períodos marcados por mudanças climáticas e instabilidade no campo.

Outro aspecto relevante diz respeito à vulnerabilidade econômica dos trabalhadores rurais, fortemente afetados pela oscilação dos preços das commodities agrícolas. De acordo com dados do CEPEA (2025), o setor cafeeiro ilustra bem essa realidade. Entre dezembro de 2023 e dezembro de 2024, o preço médio da saca de café robusta, no qual, também é conhecido como Conilon apresentou uma elevação partindo de R\$ 740,00 para R\$ 1.800,00 representando um aumento aproximado de 143%. Já a variedade arábica apresentou elevação de R\$ 970,00 para R\$ 2.000,00 no mesmo período, representando um crescimento em torno de 106%.

Entretanto, essa valorização não se manteve. Ainda conforme o CEPEA (2025), em junho de 2025 a saca de café arábica apresentou retração de 21,5%, sendo negociada a R\$ 1.834,36, enquanto a robusta caiu 20,8%, atingindo R\$ 1.105,07. Essa volatilidade constante afeta diretamente a vida do trabalhador rural, que alterna entre momentos de prosperidade e períodos de forte instabilidade financeira.

Esse contexto de incertezas acaba gerando impactos emocionais significativos. A preocupação com o sustento próprio e da família, somada ao desgaste físico inerente ao trabalho no campo, contribui para o surgimento de quadros de ansiedade, estresse e outros transtornos psíquicos.

Tabela 1 – Variação dos Preços do café (2023/2025)

Tipo de café	Dez/2023 → Dez/2024	Junho/2025
Robusta	R\$ 740,00 → R\$ 1.800,00 (+143%)	R\$ 1.105,07 (-20,8%)
Arábica	R\$ 970,00 → R\$ 2.000,00 (+106%)	R\$ 1.834,36 (-21,5%)

Fonte: CEPEA/ESALQ (2025)

Conforme a tabela acima, a análise dos dados de variação de preço do café entre dezembro de 2023 e junho de 2025 revela oscilações expressivas nos valores das duas principais espécies comercializadas no Brasil — Robusta e Arábica — refletindo fatores conjunturais de mercado, clima e demanda global. No período de dezembro/2023 a dezembro/2024, o preço do café Robusta saltou de R\$ 740,00 para R\$ 1.800,00, um aumento de 143%, enquanto o Arábica subiu de R\$ 970,00 para R\$ 2.000,00, representando alta de 106%.

Essas elevações podem ser atribuídas a pressões de oferta (como quebras de safra ou custos de produção maiores), aumento da demanda internacional e especulação comercial, fatores comuns no mercado de commodities agrícolas. No entanto, ao observar os dados de junho de 2025, verifica-se uma correção nos preços: o Robusta apresentou queda para R\$ 1.105,07 (redução de 20,8% em relação a dezembro/2024) e o Arábica para R\$ 1.834,36 (queda de 21,5%). Essa retração pode indicar ajustes de mercado após o pico de preços registrado em 2024, possivelmente motivada pela entrada de maior oferta no mercado, expectativas de safra mais favorável ou redução da pressão especulativa. Em suma, enquanto o final de 2024 foi marcado por forte valorização nos preços do café, meados de 2025 apontam para um movimento de correção, o que evidencia a volatilidade típica dos mercados de commodities e a sensibilidade dos preços frente a fatores climáticos, produtivos e econômicos.

2.3 Políticas Públicas e Lacunas

Apesar da relevância do tema, a saúde mental do trabalhador rural ainda não aparece como prioridade nas políticas públicas brasileiras. Segundo Pezzini e Franca (2021), há avanços pontuais nas agendas de saúde mental e de saúde do trabalhador, mas elas raramente dialogam de forma integrada com as especificidades da realidade rural. Isso resulta em ações fragmentadas e insuficientes para enfrentar os determinantes sociais e ocupacionais que atingem essa população.

Pereira et al. (2025) também apontam que faltam programas de vigilância epidemiológica específicos para intoxicações e adoecimentos mentais relacionados ao campo, o que dificulta a mensuração real do problema e a elaboração de estratégias eficazes de prevenção e cuidado.

2.4 Implicações Para Intervenções e Pesquisa

A literatura indica que intervenções eficazes devem considerar tanto a prevenção quanto a promoção da saúde. Segundo BMC Health Services Research (2023), ações integradas de saúde mental no campo podem reduzir custos relacionados a acidentes de trabalho, afastamentos e perda de produtividade. Além disso, Silva et al. (2022) sugerem a necessidade de equipes de atenção psicossocial adaptadas ao território rural, que consigam superar barreiras geográficas e culturais.

Para Menezes et al. (2020), é fundamental ampliar os estudos longitudinais que quantifiquem a relação entre saúde mental e indicadores produtivos no agronegócio, de modo a fortalecer a compreensão sobre como o bem-estar do trabalhador rural impacta a economia nacional. Essas evidências podem subsidiar políticas públicas mais robustas, garantindo não apenas o direito à saúde, mas também a sustentabilidade do setor.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

3.1 O Fenômeno do “Agroburnout”

A síndrome de burnout define-se como expressão advindo do conceito inglês *burnout syndrome*, no qual, em português, pode traduzir-se como síndrome de estar **“queimado pelo trabalho”**, embora seja mais comum usar o termo **síndrome de esgotamento profissional**.

Em 1974, conforme enunciado por Pereira, et al., (2025) o estudioso Herbert Freudenberger apresentou o conceito e explicou a síndrome de burnout como o resultado de uma sobrecarga das exigências laborais. E, desse modo, observou ao longo da análise da literatura consultada, foi identificado que a saúde mental dos trabalhadores rurais tem recebido atenção crescente, especialmente pela relação direta com a produtividade e a permanência no campo. Nesse contexto, propõe-se aqui o conceito de “Agroburnout”, utilizado para descrever os casos de esgotamento físico e emocional que atingem agricultores e demais profissionais ligados ao agronegócio (PEREIRA, et al., 2025, p.63).

O *Agroburnout* pode ser compreendido como uma adaptação da Síndrome de Burnout, já reconhecida pela Organização Mundial da Saúde (OMS) como fenômeno ocupacional. No meio rural, entretanto, o problema apresenta características próprias, relacionadas à rotina de trabalho extenuante, às pressões financeiras, ao isolamento social e à constante dependência de fatores climáticos e de mercado.

Do ponto de vista organizacional, o *Agroburnout* tem impacto direto na produtividade do agronegócio. Agricultores afetados pelo esgotamento tendem a apresentar menor rendimento, maior incidência de erros e até abandono da atividade, gerando prejuízos não só individuais, mas também econômicos e sociais.

Segundo dados da Confederação da Agricultura e Pecuária do Brasil (CNA, 2024), o setor é responsável por mais de 26% da força de trabalho nacional, o que mostra que qualquer comprometimento da saúde mental nesse grupo pode ter efeitos significativos sobre toda a economia.

Por outro lado, a discussão sobre o *Agroburnout* também revela uma oportunidade para o desenvolvimento de estratégias de gestão e políticas públicas. Iniciativas que promovam o bem-estar no campo, como programas de apoio psicossocial, rodas de conversas, campanhas de conscientização e incentivo à qualidade de vida do trabalhador rural, podem reduzir os impactos do esgotamento. Além disso, a valorização da agricultura familiar e a melhoria das condições de trabalho e renda contribuem para mitigar os fatores de risco associados ao problema.

3.2 Panorama Atual da Saúde Mental no Meio Rural Brasileiro

Prevalência de Transtornos Mentais

- Em **2022**, cerca de **18,4% da população rural**, equivalente a **9 milhões de trabalhadores rurais**, apresentavam transtornos mentais. Desses, **7,6% tinham diagnóstico de depressão**.
- Revisões científicas apontam que **24,1%** dos habitantes rurais sofrem de transtornos mentais comuns (TMC) e **8,4%** enfrentam problemas relacionados ao uso de álcool.

Estudos Específicos entre Agricultores

- Revisões revelam desafios significativos, muitas vezes subestimados nas políticas públicas de saúde, no qual, têm se apontado que fatores como pressões econômicas, insegurança de renda, longas jornadas de trabalho, isolamento social e a exposição a condições climáticas extremas contribuem para níveis elevados de estresse, ansiedade e sofrimento psíquico nessa população;
- Além disso, a cultura de resistência e a falta de acesso a serviços de atenção básica de saúde mental em áreas rurais dificultam o reconhecimento e o cuidado adequados desses problemas, resultando em baixa procura por suporte profissional e em tratamentos fragmentados;
- Esses estudos, também ressaltam a importância de se considerar contextos socioculturais e redes de apoio comunitário como elementos essenciais para a promoção do bem-estar mental no campo

3.3 Caracterização da amostra

O estudo realizou a pesquisa científica um processo sistemático de construção do conhecimento que demanda planejamento, rigor metodológico e clareza nos procedimentos adotados dispondo as diferentes abordagens, sendo destacado, como um método fundamental para a coleta e análise de informações já sistematizadas, permitindo compreender fenômenos sociais a partir de referenciais teóricos consolidados, pesquisa essa que, realizou todo referencial bibliográfico encontrado diante do tema de pesquisas e nos depoimentos nos referidos acervos bibliográficos apresentando dados qualitativos e quantitativos descritivos acerca do tema, no qual, tende a finalidade de fundamentar com a teoria do tema e realizando

as observações participantes diante de depoimentos encontrados no acervo bibliográfico.

O público-alvo é composto, predominantemente, por trabalhadores e trabalhadoras rurais do estado do Espírito Santo, incluindo pequenos produtores, agricultores familiares, assalariados agrícolas e gestores de propriedades rurais. Trata-se, em sua maioria, de adultos inseridos em rotinas intensas de trabalho, frequentemente marcadas por longas jornadas, instabilidade econômica, dependência de fatores climáticos e pressão por produtividade. Além disso, esse público vivencia especificidades culturais próprias do meio rural, como forte vínculo com a terra, tradições familiares e, muitas vezes, limitado acesso a serviços de saúde mental e apoio psicossocial. Tais condições tornam esses indivíduos mais suscetíveis ao desenvolvimento do chamado *agroburnout*, caracterizado pelo esgotamento físico e emocional decorrente das exigências do trabalho agrícola, evidenciando a necessidade de ações voltadas à promoção da saúde mental e à melhoria das condições de vida no campo.

A pesquisa de campo entrevistou 31 pessoas entre produtores e produtoras rurais residentes no município de Linhares e regiões mais próximas. O contato com os participantes foi feito via WhatsApp, através da distribuição do link que dava acesso ao questionário, contendo 25 perguntas abertas e fechadas centradas na caracterização do perfil dos entrevistados e diante do tema de estudo. O questionário foi entregue no formato virtual, através do aplicativo Google Forms.

Nesse sentido, foi obtido frente ao perfil sociodemográfico dos participantes um percentual de 32,3% sendo mulheres e um índice de 67,7% homens, dos quais, a idade varia entre 17 e 75 anos, na continuidade das entrevistas, foram obtidos quanto ao estado civil, um índice de 63,3% declararam-se casados, e 51,6% afirmaram possuir filhos.

Tabela 2 – Perfil sociodemográfico dos participantes da pesquisa (n = 31)

Variável	Característica	Percentual (%)
Sexo	Mulheres	32,3
Sexo	Homens	67,7
Faixa etária	17 a 75 anos	—
Estado civil	Casados	63,3

Filhos	Possuem filhos	51,6
Localidade	Linhares e proximidades	—

Fonte: Pesquisa de campo realizada pelos autores (2025).

Conforme a tabela acima, observa-se que, o perfil sociodemográfico dos participantes (n = 31) evidencia predominância do sexo masculino, representando 67,7% da amostra, enquanto as mulheres correspondem a 32,3%, o que pode indicar maior presença ou disponibilidade de homens no contexto investigado, especialmente se relacionado ao meio rural ou produtivo.

A faixa etária ampla, variando de 17 a 75 anos, demonstra diversidade geracional entre os respondentes, permitindo observar diferentes perspectivas e experiências de vida no grupo estudado. Quanto ao estado civil, a maioria é composta por indivíduos casados (63,3%), aspecto que pode influenciar redes de apoio social e responsabilidades familiares.

Em relação à parentalidade, 51,6% afirmaram possuir filhos, dado que sugere equilíbrio relativo entre participantes com e sem responsabilidades diretas com descendentes. Por fim, a localização concentrada em Linhares e proximidades indica um recorte territorial específico, possibilitando análise contextualizada da realidade local, embora limite a generalização dos resultados para outras regiões.

No que se refere às atividades desenvolvidas, 71% dos participantes atuam predominantemente na produção de café, atividade de grande relevância econômica para a região. O tempo de atuação no meio rural varia entre 10 e 60 anos, evidenciando que a maioria possui longa trajetória profissional no campo. As propriedades apresentam tamanho entre 6 e 20 hectares, caracterizando-se majoritariamente como pequenas e médias propriedades rurais.

A jornada diária de trabalho informada pelos participantes varia entre 6 e 12 horas por dia, sendo que 77,4% afirmaram trabalhar também aos fins de semana. Esses dados indicam uma rotina laboral intensa, com pouco espaço para descanso e recuperação física e emocional, aspecto frequentemente associado ao esgotamento ocupacional.

3.4 Condições de Trabalho e os Fatores de Risco

A análise das condições de trabalho revelou elevada exposição a fatores de risco à saúde física e mental. Verificou-se que 80% dos participantes utilizam agrotóxicos em suas atividades laborais, sendo que 50% afirmaram não receber orientações sobre o uso adequado dessas substâncias. Esse dado evidencia fragilidades na assistência técnica e nas políticas de saúde do trabalhador rural.

Além disso, observou-se que a carga horária extensa e o trabalho, dos quais, são frequentes aos fins de semana reforçam a dificuldade de separação entre vida profissional e pessoal no meio rural, contribuindo para o acúmulo de estresse e desgaste emocional. Tais condições são apontadas pela literatura como fatores diretamente associados ao desenvolvimento da síndrome de burnout e, no contexto deste estudo, ao Agroburnout.

Tabela 3 – Caracterização da atividade rural e condições de trabalho

Variável	Resultado
Atividade predominante	Café (71%)
Tempo de atuação no meio rural	10 a 60 anos
Tamanho das propriedades	6 a 20 hectares
Jornada diária de trabalho	6 a 12 horas
Trabalham aos fins de semana	77,4%

Fonte: Pesquisa de campo realizada pelos autores (2025).

Conforme os dados acima, observa-se que, a caracterização da atividade rural e das condições de trabalho dos participantes evidencia forte concentração na cafeicultura, que representa 71% da atividade predominante, indicando dependência econômica significativa de uma única cultura agrícola. O tempo de atuação no meio rural, variando entre 10 e 60 anos, demonstra ampla experiência profissional, mas também sugere exposição prolongada às exigências físicas e às oscilações econômicas do setor agrícola.

Desse modo, o tamanho das propriedades, entre 6 e 20 hectares, aponta para um perfil majoritário de pequenos e médios produtores, o que pode implicar maior envolvimento direto nas atividades operacionais e menor mecanização. A jornada diária de trabalho, que varia de 6 a 12 horas, revela carga horária extensa e, possivelmente, intensa do ponto de vista físico e emocional. Além disso, o fato de 77,4% trabalharem aos fins de semana indica rotina contínua, com pouca pausa

para descanso, o que pode impactar qualidade de vida, saúde física e mental, especialmente em contextos de pressão produtiva e instabilidade climática.

3.5 Saúde Mental e Manifestações de Esgotamento

Os dados referentes à saúde mental demonstram um cenário preocupante. Em relação ao diagnóstico formal, 77,4% dos participantes afirmaram nunca ter recebido diagnóstico relacionado à saúde mental, apesar da presença significativa de sintomas associados ao sofrimento psíquico. Além disso, 83,9% relataram nunca ter participado de palestras, campanhas ou ações voltadas à saúde mental no meio rural, o que evidencia a ausência de políticas preventivas e educativas direcionadas a esse público.

Quanto aos sintomas relatados, o cansaço extremo foi o mais recorrente, mencionado por 41,9% dos participantes. Em seguida, destacam-se a irritabilidade (22,6%) e a falta de sono (16,1%). Apenas 16,1% afirmaram não apresentar nenhum dos sintomas listados. Esses resultados indicam que a maioria dos trabalhadores vivencia algum nível de desgaste físico ou emocional, compatível com o conceito de Agoroburnout proposto neste estudo.

Tabela 4 – Condições relacionadas à saúde mental dos participantes

Indicador	Percentual (%)
Utilizam agrotóxicos no trabalho	80
Não recebem orientação sobre o uso adequado	50
Nunca receberam diagnóstico de saúde mental	77,4
Nunca participaram de ações sobre saúde mental no campo	83,9

Fonte: Pesquisa de campo realizada pelos autores (2025).

Na observância dos dados acima, as condições relacionadas à saúde mental dos participantes revelam um cenário de vulnerabilidade significativa no contexto rural. Observa-se que 80% utilizam agrotóxicos no trabalho, o que pode representar risco tanto físico quanto psicológico, considerando a exposição prolongada a substâncias potencialmente nocivas. Agrava-se essa situação pelo fato de 50% não

receberem orientação adequada sobre o uso desses produtos, evidenciando lacuna importante em ações educativas e preventivas.

No campo da saúde mental, 77,4% afirmaram nunca ter recebido diagnóstico relacionado, dado que pode refletir tanto ausência de adoecimento identificado quanto subnotificação e dificuldade de acesso a serviços especializados. Complementarmente, 83,9% nunca participaram de ações voltadas à saúde mental no meio rural, o que demonstra fragilidade nas políticas públicas de promoção e prevenção nesse território. Em conjunto, os dados sugerem necessidade urgente de ampliação de estratégias intersetoriais que integrem saúde, assistência técnica e educação em saúde no campo, visando reduzir riscos ocupacionais e fortalecer o cuidado integral aos trabalhadores rurais.

Tabela 5 – Sintomas relacionados à saúde mental relatados pelos participantes

Sintoma	Percentual (%)
Cansaço extremo	41,9
Irritabilidade	22,6
Falta de sono	16,1
Tristeza frequente	3,2
Nenhum sintoma relatado	16,1

Fonte: Pesquisa de campo realizada pelos autores (2025).

Conforme os dados acima, observa-se que, a análise dos sintomas relacionados à saúde mental relatados pelos participantes indica predominância de cansaço extremo (41,9%), sugerindo elevado desgaste físico e emocional possivelmente associado à rotina intensa de trabalho no meio rural. A irritabilidade (22,6%) aparece como segundo sintoma mais frequente, podendo estar relacionada a estresse ocupacional, pressões produtivas e instabilidade econômica.

A falta de sono (16,1%) reforça indícios de sobrecarga, já que alterações no padrão de sono costumam estar associadas a fatores de tensão contínua e preocupação. Embora a tristeza frequente (3,2%) tenha sido relatada por um percentual menor, sua presença não deve ser negligenciada, pois pode indicar sofrimento psíquico mais profundo em casos específicos.

Por outro lado, 16,1% afirmaram não apresentar sintomas, o que pode refletir ausência de percepção de adoecimento ou dificuldades no reconhecimento de sinais

relacionados à saúde mental. De modo geral, os dados evidenciam a necessidade de estratégias preventivas e de promoção do bem-estar psicológico no contexto rural, considerando a presença significativa de sintomas associados ao estresse e à sobrecarga laboral.

3.6 Discussão dos Resultados

Os resultados evidenciam que o Agroburnout se manifesta de forma significativa entre os trabalhadores rurais da região estudada, sendo resultado de um conjunto de fatores estruturais, como jornadas extensas, ausência de descanso regular, exposição a agrotóxicos e carência de ações voltadas à saúde mental no campo.

A elevada incidência de cansaço extremo e irritabilidade reforça a ideia de que o esgotamento no meio rural vai além do desgaste físico, alcançando dimensões emocionais e psicológicas. A inexistência de diagnósticos formais e de ações preventivas indica um cenário de invisibilidade institucional do sofrimento psíquico, o que dificulta intervenções precoces e agrava os impactos sobre a qualidade de vida e a produtividade.

No recorte de gênero, a realização frequente de tarefas domésticas, associada às atividades produtivas, sugere maior sobrecarga para as trabalhadoras rurais, corroborando estudos que apontam maior vulnerabilidade feminina ao adoecimento mental no campo. Assim, o Agroburnout deve ser compreendido não como um problema individual, mas como consequência direta das condições de trabalho e da falta de políticas públicas integradas voltadas à saúde mental rural.

3.6.1 Trabalhadoras Rurais e a Saúde Mental: Diferenças em Relação aos Homens

As trabalhadoras rurais enfrentam desafios adicionais em relação aos homens no campo, o que pode ser um fator que aumenta sua vulnerabilidade a problemas de saúde mental e ao *Agroburnout*. Além das tarefas agrícolas, muitas mulheres acumulam responsabilidades domésticas, cuidando da casa, dos filhos e, em alguns casos, de familiares idosos. Essa **dupla ou até tripla jornada de trabalho** contribui para níveis mais elevados de estresse, fadiga e sobrecarga emocional.

Embora os homens também estejam expostos ao desgaste físico e emocional do trabalho rural, as mulheres apresentam maior propensão a desenvolver sintomas de ansiedade, depressão e burnout. A necessidade de conciliar atividades produtivas e cuidado familiar gera um constante conflito de papéis, dificultando o descanso adequado e a manutenção de hábitos saudáveis.

Além disso, a exposição ao isolamento social e à limitada rede de apoio no meio rural afeta de forma mais intensa as mulheres, que muitas vezes não têm espaço para buscar suporte emocional ou serviços de saúde mental. O estigma de “não poder demonstrar fraqueza” também pesa sobre elas, agravando os sintomas e atrasando intervenções.

Por outro lado, a valorização do papel da mulher rural e a implementação de políticas que apoiem o equilíbrio entre trabalho agrícola e responsabilidades domésticas podem reduzir significativamente esses impactos causados pelo trabalho. Portanto, o cuidado com a saúde mental das mulheres no meio rural exige atenção específica, considerando que elas não apenas executam tarefas agrícolas, mas também desempenham papéis sociais e familiares que amplificam os fatores de risco para adoecimento psíquico.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A análise realizada ao longo deste estudo permitiu evidenciar que a saúde mental dos trabalhadores rurais constitui um tema de grande relevância para o agronegócio brasileiro, não apenas como questão social, mas também como fator estratégico de sustentabilidade econômica. Os resultados demonstraram que o adoecimento psíquico no campo é influenciado por determinantes múltiplos, entre eles jornadas exaustivas, isolamento geográfico, exposição a agrotóxicos, instabilidade climática e volatilidade dos preços das commodities agrícolas.

Constatou-se que a negligência em relação ao cuidado com a saúde mental gera consequências diretas, como o aumento de acidentes de trabalho, elevação do absenteísmo, queda da produtividade e insegurança quanto ao futuro. Além disso, o estigma cultural associado ao sofrimento psíquico no meio rural intensifica o silêncio dos trabalhadores e trabalhadoras e perpetua a invisibilidade do problema, dificultando diagnósticos e intervenções precoces.

Por outro lado, verificou-se que a promoção de ambientes de trabalho saudáveis e a implementação de programas de apoio psicológico acessíveis podem

resultar em benefícios significativos, como maior engajamento, resiliência e capacidade de inovação por parte dos trabalhadores no geral. Tais elementos são fundamentais para a competitividade do agronegócio, especialmente diante dos desafios impostos pela globalização e pelas mudanças climáticas.

No âmbito das políticas públicas, ficou evidente a necessidade de integração entre as agendas de saúde mental e de saúde do trabalhador, com foco específico nas particularidades do território rural. É imprescindível ampliar a vigilância epidemiológica, fortalecer a presença de equipes multiprofissionais no campo e investir em campanhas de conscientização que reduzam o estigma cultural. Do mesmo modo, cabe ao setor privado, especialmente cooperativas e agroindústrias, assumir corresponsabilidade na criação de estratégias de cuidado e prevenção.

Dessa forma, conclui-se que o investimento na saúde mental dos trabalhadores rurais transcende o cumprimento de responsabilidades sociais, configurando-se como um imperativo econômico. Ao fortalecer a base humana do agronegócio, assegura-se não apenas a melhoria da qualidade de vida destes, mas também a prosperidade, a competitividade e a longevidade do setor no cenário nacional e internacional.

REFERÊNCIAS

BMC HEALTH SERVICES RESEARCH. Mental health in agricultural workers: prevalence and impacts. **BMC Health Services Research**, Londres, v. 23, n. 1, p. 1-12, 2023.

CEPEA. Centro de Estudos Avançados em Economia Aplicada. **Indicadores do Café Arábica e Robusta**. Piracicaba: ESALQ/USP, 2025. Disponível em: <https://www.cepea.org.br/br/indicador/cafe.aspx>. Acesso em: 9 set. 2025.

GIL, Antônio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2010.

GIL, Antônio Carlos. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2010.

LUIZ, Felipe S. et al. Exposição a agrotóxicos e saúde mental em população rural do Sul do Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 32, n. 3, p. 1-13, 2016.

MC HEALTH SERVICES RESEARCH. **Mental health and productivity in agriculture: a systematic review**. London: BMC, 2023. Disponível em: <https://bmchealthservres.biomedcentral.com/>. Acesso em: 08 set. 2025.

MENEZES, Claudia B. et al. **Intoxicações por agrotóxicos e impactos na saúde mental de trabalhadores rurais**. Revista Brasileira de Saúde Ocupacional, São Paulo, v. 45, n. 1, p. 1-10, 2020.

MENEZES, J. P.; SILVA, R. M.; SANTOS, L. F. **Saúde mental de trabalhadores rurais: riscos e desafios**. Revista Brasileira de Saúde Ocupacional, São Paulo, v. 45, n. 3, p. 112-126, 2020.

PEREIRA, Lucas A. et al. **Saúde mental em áreas rurais: uma revisão de literatura**. Revista de Saúde Pública, São Paulo, v. 59, p. 1-12, 2025.

PEREIRA, M. A.; ALMEIDA, F. R.; COSTA, D. V. **Políticas de saúde mental e trabalhadores rurais: uma análise integrativa**. Revista de Políticas Públicas, Brasília, v. 12, n. 1, p. 45-61, 2025.

PEZZINI, A.; FRANCA, T. **Estigma e saúde mental no meio rural: desafios e estratégias**. Cadernos de Saúde Pública, Rio de Janeiro, v. 37, n. 2, p. 1-15, 2021.

PEZZINI, Mariana C.; FRANCA, Juliana T. **Autoestigma e preconceito no cuidado em saúde mental de populações rurais**. Revista Psicologia em Pesquisa, Juiz de Fora, v. 15, n. 2, p. 45-58, 2021.

SILVA, R. M.; LIMA, C. A.; MORAES, P. A. **Saúde mental e produtividade no agronegócio: evidências do campo brasileiro**. Revista de Saúde do Trabalhador, São Paulo, v. 14, n. 2, p. 78-95, 2022.

SILVA, Roberto J. et al. **Isolamento social, precarização do trabalho e saúde mental em comunidades rurais brasileiras**. Ciência & Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, v. 27, n. 10, p. 3935-3946, 2022.

VASCONCELOS, H. F.; JONES, T. R. **Resiliência e bem-estar psicológico no campo: impactos sobre a produtividade agrícola**. Revista de Economia Rural, Belo Horizonte, v. 18, n. 4, p. 203-220, 2022.

VASCONCELOS, Mariana L.; JONES, Ricardo H. **A saúde mental dos trabalhadores rurais e os impactos do agronegócio**. Revista de Economia e Sociologia Rural, Brasília, v. 60, n. 2, p. 1-18, 2022.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **International Classification of Diseases 11th Revision (ICD-11)**. Geneva: World Health Organization, 2019. Disponível em: <https://icd.who.int>. Acesso em: 02/12/2025.