

‘Presenteísmo’: por que tantos profissionais continuam trabalhando mesmo doentes?

Category: GERAL, SAÚDE

escrito por Maria Luiza | 12 de agosto de 2026



André Cabral, de 45 anos, é um deles. Com 25 anos de atuação no setor de bares e restaurantes, enfrentou jornadas de até 15 horas por dia e colocou o trabalho acima da própria saúde, mantendo as atividades mesmo quando estava doente – comportamento que caracteriza o “presenteísmo”.

□ Mas o que é presenteísmo? É o fenômeno em que o trabalhador continua exercendo suas funções mesmo sem condições físicas ou mentais adequadas. Embora esteja presente no ambiente de trabalho – ou conectado durante o expediente –, não consegue desempenhar plenamente suas atividades.

Durante sete anos, André atuou como gerente-geral de uma rede de restaurantes e açougues em São Paulo, em que era responsável por cerca de 100 funcionários. As jornadas frequentemente ultrapassavam 12 horas por dia e, em algumas ocasiões, chegavam a 36 horas seguidas.

“Eu passei praticamente seis anos trabalhando loucamente, no mínimo 12 a 15 horas por dia, muitas vezes sem folga”, relata. Mesmo quando adoecia, evitava se afastar porque acreditava que sua ausência comprometeria a operação.

Após ficar internado por 21 dias em uma Unidade de Terapia Intensiva (UTI) por causa da Covid-19, voltou ao trabalho apenas quatro dias após receber alta da UTI. Também adiou por anos uma cirurgia para tratar uma hérnia por receio de se afastar do trabalho.

A sobrecarga e os conflitos no ambiente corporativo acabaram afetando sua saúde mental. Com o tempo, recebeu o diagnóstico de burnout, passou a tomar antidepressivos, ansiolíticos e medicamentos para dormir e, mais tarde, desenvolveu hipertensão.

“Minha saúde ficou em segundo plano. Eu achava que, se parasse por 15 dias, a operação não iria funcionar”, diz.

Pouco tempo depois de sofrer um acidente de trabalho e torcer o pé durante o expediente, André foi demitido em uma chamada de vídeo. Atualmente, move uma ação na Justiça contra a antiga empregadora.

Hoje, em um novo emprego, com jornada reduzida e menos responsabilidades, André afirma ter recuperado parte da qualidade de vida, embora ainda faça acompanhamento médico. A experiência mudou sua forma de enxergar o trabalho.

A gente se sacrifica demais por um CNPJ. No fim, nenhum CNPJ vale o nosso CPF. Trabalho a gente recupera. Saúde, muitas vezes, não.”

0 presenteísmo nas empresas

Levantamentos recentes mostram que o presenteísmo tem se tornado uma preocupação crescente no mercado de trabalho brasileiro, impulsionado pela sobrecarga, pelo medo da demissão e pelo aumento dos problemas relacionados à saúde mental.

Uma pesquisa da Heach Recursos Humanos mostra que 70,3% dos entrevistados afirmaram já ter trabalhado mesmo acreditando

que deveriam descansar por motivos de saúde. Entre eles, o principal motivo foi evitar sobrecarregar colegas de equipe (35,4%), seguido pela percepção de que o problema de saúde não era grave (27,9%).

O comportamento trouxe consequências: 39,7% disseram que o quadro de saúde piorou, enquanto 32% afirmaram que demoraram mais para se recuperar.

Além disso, apenas 26,4% consideram que suas empresas incentivam claramente o afastamento quando necessário, e 89,4% acreditam que trabalhar doente aumenta o risco de erros ou acidentes. (saiba mais abaixo)

Os números vão ao encontro dos resultados do Censo de Saúde Mental 2025, da Vittude. O estudo identificou um índice de presenteísmo de 32% entre os trabalhadores avaliados.

Pesquisas da Pluxee também apontam a sobrecarga como parte da rotina de muitos trabalhadores. Apenas 40% conseguem fazer pausas regulares durante o expediente, enquanto outros 40% interrompem as atividades apenas quando encontram tempo.

Os 20% restantes afirmam não conseguir fazer pausas ao longo da jornada. O levantamento mostra ainda que 28% já mudaram de emprego por questões relacionadas à saúde mental.

Para a diretora de Recursos Humanos (CHRO) da Flash, Isadora Gabriel, o presenteísmo é um dos desafios mais silenciosos enfrentados pelas organizações porque nem sempre é percebido.

“O profissional está presente, participa das reuniões e cumpre sua jornada. Mas estar no escritório ou online não significa estar em condições de entregar o melhor desempenho”, explica a especialista.

Segundo a executiva, à medida que o desengajamento aumenta, cresce também a perda de produtividade.

Quando colaboradores continuam trabalhando mesmo

emocionalmente esgotados, aumentam os riscos de erros, queda de eficiência e agravamento do quadro de saúde.”

– Isadora Gabriel, diretora de Recursos Humanos (CHRO) da Flash.

Na avaliação de Isadora, investir em saúde mental e preparar lideranças para identificar sinais de esgotamento são estratégias para reduzir perdas e construir ambientes de trabalho mais saudáveis.

Para Elcio Paulo Teixeira, CEO da Heach Recursos Humanos, os resultados das pesquisas reforçam a necessidade de uma mudança cultural para que os trabalhadores possam cuidar da própria saúde sem receio de prejudicar a carreira ou a imagem profissional.

Impactos de trabalhar doente

Para o médico do trabalho Ricardo Pacheco, presidente da Associação Brasileira de Empresas de Segurança e Saúde no Trabalho (Abresst), o presenteísmo é um fenômeno silencioso e mais difícil de identificar do que o absenteísmo, que corresponde à ausência do trabalhador.

“É o corpo presente e a mente ausente. A pessoa está no posto de trabalho, mas com a capacidade de entrega comprometida”, diz o especialista.

Na avaliação de Pacheco, o presenteísmo aumenta o risco de acidentes. Segundo o médico, trabalhadores com febre, dores intensas ou sob efeito de medicamentos podem apresentar perda de reflexos, dificuldade de concentração e maior probabilidade de cometer erros, especialmente em atividades como transporte, indústria e agronegócio.

Um profissional experiente que começa a esquecer procedimentos básicos ou comete erros repetidos pode estar sofrendo com exaustão física ou mental.”

– Ricardo Pacheco, médico do trabalho e presidente da Abresst

Os impactos também são sentidos pelas empresas. Pacheco afirma que o presenteísmo pode gerar custos superiores aos do absenteísmo por provocar retrabalho, acidentes, queda de produtividade e até a disseminação de doenças entre colegas.

A pandemia de Covid agravou o problema, diz o especialista. O trabalho remoto impulsionou o chamado “presenteísmo digital”, quando profissionais continuam trabalhando mesmo doentes em frente ao computador.

Ao mesmo tempo, setores como indústria, logística e agronegócio enfrentam uma pressão crescente por produtividade, o que dificulta o afastamento para cuidados médicos.

O que diz a legislação

Para a advogada trabalhista Elisa Alonso, o presenteísmo pode trazer consequências tanto para o trabalhador quanto para a empresa.

Segundo ela, quando o empregador recebe um atestado médico, não deve permitir que o funcionário continue trabalhando, já que a finalidade do afastamento é justamente garantir sua recuperação.

Autorizar ou exigir a continuidade das atividades pode agravar o quadro de saúde e gerar consequências trabalhistas para o empregador, especialmente quando houver prejuízos ao trabalhador.”

– Elisa Alonso, advogada trabalhista e sócia do RCA Advogados

A especialista explica que a aptidão para o retorno ao trabalho é uma decisão médica e que o empregador não pode determinar que o funcionário volte antes do prazo indicado pelo profissional de saúde.

Ela acrescenta que contatos pontuais sobre questões

administrativas podem ocorrer durante a licença, mas o trabalhador não deve ser cobrado para executar tarefas, cumprir metas ou participar normalmente das atividades da empresa durante o período de afastamento.

Segundo Elisa, trabalhar durante a licença médica pode retardar a recuperação, agravar a doença e aumentar o risco de enfermidades ocupacionais, além de comprometer a produtividade e elevar as chances de erros e acidentes.

A advogada orienta que trabalhadores pressionados a continuar trabalhando mesmo doentes comuniquem formalmente o afastamento ao empregador, guardem mensagens, e-mails e outros documentos que comprovem eventuais cobranças e, se necessário, busquem orientação jurídica.

Segundo a especialista, é possível recorrer à Justiça do Trabalho em casos de:

Exigência de trabalho durante o afastamento médico;
Pressão para que o empregado trabalhe mesmo sem condições de saúde;
Descontos indevidos por faltas justificadas;
Punições pelo exercício de direitos trabalhistas;
Assédio relacionado à condição de saúde;
Demissão discriminatória em razão da doença ou do afastamento;
Prejuízos decorrentes de condutas ilícitas do empregador.

Antes de recorrer à Justiça, a recomendação é reunir provas que demonstrem os fatos e que a empresa tinha conhecimento da condição de saúde do trabalhador.

“Caso o trabalhador sofra ameaças, constrangimentos, pressão para trabalhar durante a licença ou uma dispensa possivelmente discriminatória, a situação poderá ser avaliada pela Justiça do Trabalho”, completa a especialista.

Ela também destaca que transtornos como ansiedade, depressão e síndrome de burnout merecem a mesma atenção que doenças físicas e podem justificar afastamentos quando houver indicação médica.

Para a advogada, combater o presenteísmo exige uma mudança cultural nas empresas, com ambientes de trabalho mais saudáveis, respeito aos períodos de recuperação e compreensão de que o afastamento médico faz parte do tratamento e não deve ser encarado como falta de comprometimento.

Fonte: g1 e Publicado Por: Jornal Folha do Progresso
12/08/2026/08:10:11

O formato de distribuição de notícias do [Jornal Folha do Progresso](#) pelo celular mudou. A partir de agora, as notícias chegarão diretamente pelo formato Comunidades, ou pelo canal uma das inovações lançadas pelo WhatsApp. Não é preciso ser assinante para receber o serviço. Assim, o internauta pode ter, na palma da mão, matérias verificadas e com credibilidade. Para passar a [receber as notícias](#) do Jornal Folha do Progresso, clique nos links abaixo siga nossas redes sociais:

- [Clique aqui e nos siga no X](#)
- [Clica aqui e siga nosso Instagram](#)
- [Clique aqui e siga nossa página no Facebook](#)
- [Clique aqui e acesse o nosso canal no WhatsApp](#)
- [Clique aqui e acesse a comunidade do Jornal Folha do Progresso](#)

Apenas os administradores do grupo poderão mandar mensagens e saber quem são os integrantes da comunidade. Dessa forma, evitamos qualquer tipo de interação indevida. Sugestão de pauta enviar no e-mail: folhadoprogresso.jornal@gmail.com.

Envie vídeos, fotos e sugestões de pauta para a redação do JFP (JORNAL FOLHA DO PROGRESSO) Telefones: WhatsApp [\(93\) 98404 6835](tel:93984046835)– (93) 98117 7649.

“Informação publicada é informação pública. Porém, para chegar até você, um grupo de pessoas trabalhou para isso. Seja ético. Copiou? Informe a fonte.”

Publicado por Jornal Folha do Progresso, Fone para contato 93 981177649 (Tim) WhatsApp: [-93- 984046835](tel:93984046835) (Claro)

- Site: www.folhadoprogresso.com.br e-mail: folhadoprogresso.jornal@gmail.com/ou e-mail: adeciopiran.blog@gmail.com