

O TRABALHO COMO DETERMINANTE POSITIVO DA SAÚDE: UMA ANÁLISE BÍBLICO-CIENTÍFICA SOB A PERSPECTIVA DE DAHLGREN E WHITEHEAD

Aysla Monique Fernandes Ferreira dos Santos¹.

Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN), Natal, RN.

<http://lattes.cnpq.br/5949580098285992>

RESUMO: Este capítulo propõe uma análise interdisciplinar sobre os efeitos positivos do trabalho na saúde individual e coletiva, a partir de três eixos complementares: fundamentos bíblicos, achados científicos recentes e a Teoria dos Determinantes Sociais da Saúde de Dahlgren e Whitehead. Partindo de uma abordagem teológica, o trabalho é compreendido como dom divino, instrumento de dignidade e cooperação com a criação. Em paralelo, evidências científicas atuais mostram que o trabalho digno, seguro e significativo exerce função protetora contra o adoecimento físico e mental, promovendo autoestima, coesão social e sentido existencial. Ao utilizar a metodologia da triangulação teórica, o estudo integra perspectivas espirituais, empíricas e estruturais, demonstrando que o trabalho não apenas influencia diretamente a saúde, mas também condiciona outros determinantes como moradia, alimentação, educação e rede de apoio. A partir dessa análise, conclui-se que o trabalho deve ser entendido como eixo central de promoção da saúde integral, espiritual e comunitária. A valorização do trabalho digno, portanto, representa uma estratégia ética e eficaz para políticas públicas mais humanas, inclusivas e justas.

PALAVRAS-CHAVE: Trabalho. Saúde. Bíblia.

WORK AS A POSITIVE HEALTH DETERMINANT: A BIBLICAL AND SCIENTIFIC ANALYSIS BASED ON DAHLGREN AND WHITEHEAD

ABSTRACT: This chapter presents an interdisciplinary analysis of the positive effects of work on individual and collective health, based on three converging dimensions: biblical foundations, recent scientific findings, and the Social Determinants of Health model by Dahlgren and Whitehead. From a theological perspective, work is understood as a divine gift, a vocation, and a source of dignity. Concurrently, empirical evidence highlights the role of decent, meaningful, and safe employment as a protective factor for physical and mental health, promoting self-esteem, social cohesion, and existential purpose. By applying a theoretical triangulation approach, the chapter integrates spiritual, scientific, and structural perspectives to demonstrate that work not only influences health directly, but also impacts

other determinants such as housing, food security, education, and social networks. The findings suggest that work should be recognized as a central axis in the promotion of holistic, spiritual, and community-centered health. Thus, valuing dignified work becomes an ethical and effective strategy for more humane, inclusive, and equitable public health policies.

KEYWORDS: Work. Health. Bible.

INTRODUÇÃO

A relação entre trabalho e saúde tem se consolidado como uma área de interesse crescente nos campos da saúde pública, psicologia organizacional e sociologia médica. Além de ser fonte de renda, o trabalho é um espaço de construção de identidade, desenvolvimento pessoal e socialização. A ausência de emprego, especialmente em contextos de desigualdade, está associada a desfechos negativos como depressão, ansiedade, doenças cardiovasculares e exclusão social (Dahlgren; Whitehead, 1991).

A Organização Mundial da Saúde (OMS) reconhece o trabalho como um dos principais determinantes sociais da saúde, apontando que empregos dignos, seguros e produtivos promovem não apenas segurança econômica, mas também pertencimento, autoestima e estabilidade psíquica. O trabalho, nesse sentido, transcende sua função produtiva e torna-se um espaço de realização humana, interação social e desenvolvimento coletivo (LaMontagne et al., 2020).

As Escrituras Sagradas também estabelecem o trabalho como um elemento essencial da experiência humana. No livro de Gênesis (2:15), o trabalho aparece como vocação e missão do homem: cuidar do Jardim do Éden. Essa visão é reiterada ao longo da Bíblia em diversos trechos, onde se associa o trabalho à dignidade (Provérbios 14:23), à disciplina (Provérbios 12:24) e à espiritualidade (Colossenses 3:23). A teologia cristã, portanto, vê o trabalho não como castigo, mas como dom divino, instrumento de cooperação com a criação e com o bem comum.

É importante notar que essa concepção espiritual do trabalho dialoga com os conceitos contemporâneos de saúde integral, especialmente ao considerar os aspectos emocionais, relacionais e até mesmo ecológicos do labor. Como demonstram estudiosos da teologia pastoral e da bioética, há uma convergência entre os princípios bíblicos e os modelos atuais de bem-estar biopsicossocial, sobretudo quando se reconhece o trabalho como expressão de sentido existencial e ética comunitária (Zacher & Rudolph, 2021).

Diante disso, a proposta deste capítulo é analisar como os princípios bíblicos sobre o trabalho se articulam com os achados científicos dos últimos cinco anos sobre os efeitos positivos do trabalho sobre a saúde dos indivíduos e da coletividade. Para isso, utiliza-se como eixo teórico a Teoria dos Determinantes Sociais da Saúde de Dahlgren e Whitehead, que classifica o trabalho como um fator estrutural crucial na promoção da equidade em

saúde.

Ao integrar essas três camadas analíticas — espiritualidade, ciência e estrutura social — pretende-se demonstrar que a valorização do trabalho digno é simultaneamente uma prática teológica, uma estratégia de saúde pública e um caminho para o fortalecimento da justiça social. Mais do que uma análise teórica, trata-se de uma contribuição interdisciplinar com potencial de influenciar políticas e práticas de cuidado integral (Paniccà et al., 2024).

OBJETIVO

O objetivo deste trabalho é analisar as implicações positivas do trabalho sobre a saúde física, mental e social do indivíduo e da coletividade, triangulando os achados bíblicos, científicos recentes e a teoria dos Determinantes Sociais da Saúde de Dahlgren e Whitehead.

METODOLOGIA

Trata-se de uma pesquisa exploratória de natureza qualitativa, fundamentada em levantamento bibliográfico e documental. Foram consultadas fontes acadêmicas recentes (2020–2025) por meio de bases como PubMed, Scopus, Web of Science e Google Scholar, além da análise de passagens bíblicas extraídas da versão Almeida Corrigida Fiel. A triangulação teórica foi feita com base no modelo de Dahlgren e Whitehead sobre Determinantes Sociais da Saúde.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A análise das Escrituras permite identificar uma abordagem profundamente integrada do trabalho na vida humana. No texto de Gênesis 2:15, o trabalho é introduzido antes da queda, como uma atividade inerente à criação e não como punição. Isso sugere que o trabalho está vinculado à vocação, ao cuidado e à responsabilidade com o mundo. Já em Provérbios 14:23, encontra-se a associação entre esforço e recompensa: “Em todo trabalho há proveito, mas ficar só em palavras leva à pobreza”. Esses elementos reforçam uma teologia que vê o trabalho como instrumento de bênção e equilíbrio social (BÍBLIA, s.d.).

No plano empírico, estudos contemporâneos reforçam essa visão. Paniccà et al. (2024) demonstraram que ambientes de trabalho com presença de natureza — como áreas verdes internas ou externas — promovem melhorias na saúde mental, reduzem o estresse ocupacional e estimulam o senso de pertencimento coletivo. Esse benefício não é apenas individual, mas fortalece vínculos sociais e gera capital social. Esse tipo de ambiente se aproxima da imagem bíblica do “jardim” como lugar de cultivo e cuidado.

Outros estudos revelam que o trabalho também funciona como um fator de resiliência

em momentos de vulnerabilidade. Nieuwenhuijsen et al. (2023), por exemplo, apontam que trabalhadores que retornam à ocupação após um trauma físico ou emocional apresentam recuperação mais rápida, melhor adesão ao tratamento e reintegração social mais efetiva. Isso reforça o papel do trabalho como terapêutico, especialmente quando se oferece estrutura, apoio e significado.

A longevidade ativa também está associada ao sentido no trabalho. Zacher e Rudolph (2021) mostraram que trabalhadores idosos que encontram propósito em suas atividades laborais apresentam menores índices de declínio cognitivo, solidão e síndrome de burnout. Esses dados encontram eco em textos como Eclesiastes 2:24, que afirma: “Nada há melhor para o homem do que comer, beber e fazer que sua alma goze o bem do seu trabalho”.

No campo da saúde pública, o modelo dos Determinantes Sociais da Saúde de Dahlgren e Whitehead (1991) coloca o trabalho como uma das camadas que influenciam diretamente a saúde: ele impacta o estilo de vida, o acesso a serviços, e as condições materiais e psicossociais. A falta de trabalho digno ou a exposição a ambientes laborais tóxicos estão associados a doenças mentais, insegurança alimentar, e menor expectativa de vida (LaMontagne et al., 2020).

Ambientes de trabalho justos, colaborativos e saudáveis promovem o chamado capital social, definido por Wang e Xu (2023) como redes de confiança e suporte mútuo. Esse capital é protetor contra o adoecimento coletivo, reduz a rotatividade, fortalece a identidade organizacional e contribui para comunidades mais saudáveis e solidárias. A Bíblia também valoriza essas redes, como em Eclesiastes 4:9-10: “Melhor é serem dois do que um, porque têm melhor paga do seu trabalho”.

Lee e Kim (2022) destacaram que, durante pandemias como a COVID-19, o trabalho atuou como fator de proteção psicológica. O estudo revelou que trabalhadores engajados em atividades significativas apresentaram menor prevalência de depressão e ansiedade, especialmente quando o trabalho mantinha vínculo com valores pessoais.

Schuring et al. (2020) exploraram o impacto da reinserção no mercado de trabalho em pessoas em situação de desemprego prolongado, demonstrando que o retorno ao trabalho melhora indicadores como autoestima, pressão arterial e qualidade do sono, contribuindo significativamente para a saúde pública.

De Jonge e Dormann (2020) evidenciaram que os chamados “recursos do trabalho” — como autonomia, apoio social e feedback — atenuam os efeitos negativos do estresse laboral. Esses fatores fortalecem o engajamento organizacional e reduzem o adoecimento psíquico.

Cooper e Quick (2021) argumentam que ambientes laborais saudáveis e estimulantes promovem não apenas produtividade, mas também florescimento psicológico. Essa noção

reforça a importância de se considerar a saúde emocional no contexto do trabalho, conforme previsto nos DSS.

Burdorf e Van den Berg (2021) apontam que empregos dignos são decisivos para o acesso a outros direitos sociais básicos, funcionando como elo estrutural entre cidadania, segurança social e saúde populacional.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os achados apresentados neste capítulo evidenciam que o trabalho exerce uma função essencial na promoção da saúde física, mental, emocional e social. A análise teológica, ancorada em referências bíblicas, revela que o trabalho é concebido como dom divino, expressão de dignidade e canal de realização existencial. Essa concepção transcende a mera atividade econômica e aponta para uma visão do trabalho como participação ativa no cuidado da criação, na construção de comunidades justas e no cultivo da espiritualidade pessoal.

Os dados científicos contemporâneos reforçam e ampliam essa visão, mostrando que o trabalho digno, seguro e significativo é um importante fator de proteção à saúde. Estudos recentes demonstram que ambientes laborais saudáveis contribuem para a redução do estresse, aumento da autoestima, prevenção do adoecimento mental e aceleração de processos de reabilitação. Além disso, promovem coesão social, capital relacional e sentimento de pertencimento, configurando o trabalho como um bem público que gera impactos positivos não apenas no indivíduo, mas em todo o tecido social.

Sob a perspectiva dos Determinantes Sociais da Saúde de Dahlgren e Whitehead, o trabalho é reconhecido como um dos principais eixos estruturantes da saúde coletiva. Ele influencia diretamente outros determinantes, como moradia, alimentação, acesso à saúde, escolaridade e redes de suporte social. Portanto, não é possível pensar em equidade em saúde sem considerar políticas que garantam emprego digno, estável e humanizado para todas as pessoas.

Dessa forma, torna-se evidente a necessidade de incorporar a dimensão espiritual do trabalho nas práticas de saúde pública, especialmente em contextos onde a fé exerce papel formativo na identidade cultural das populações. A Bíblia, enquanto fonte de sabedoria milenar, oferece princípios éticos e antropológicos que dialogam com as diretrizes modernas de cuidado integral, sugerindo que espiritualidade, ciência e política pública não apenas podem coexistir, mas se fortalecem mutuamente.

Valorizar o trabalho como fator de saúde é, portanto, uma estratégia que une fé e razão, tradição e ciência, individualidade e coletividade. Ao integrar essas dimensões em uma perspectiva interdisciplinar, promovemos um modelo de saúde mais humanizado,

relacional e justo. Assim, reafirmamos o compromisso com uma visão holística do cuidado, que reconhece no trabalho não apenas um meio de sobrevivência, mas uma vocação para o bem comum, a realização pessoal e a construção de uma sociedade mais saudável e fraterna.

REFERÊNCIAS

BÍBLIA. Almeida Corrigida Fiel. Sociedade Bíblica Trinitariana do Brasil, s.d.

BURDORF, A.; VAN DEN BERG, M. Social determinants of health in the context of employment. *The Lancet Public Health*, v. 6, n. 2, p. e70–e71, 2021.

COOPER, C. L.; QUICK, J. C. Flourishing at work: Psychological well-being and productivity. *Harvard Business Review*, 2021.

DAHLGREN, G.; WHITEHEAD, M. Policies and strategies to promote social equity in health. *Stockholm: Institute for Future Studies*, 1991.

DE JONGE, J.; DORMANN, C. Job resources buffer the impact of work stress on health. *Journal of Applied Psychology*, v. 105, n. 8, p. 1001–1014, 2020.

LAMONTAGNE, A. D. et al. Positive mental health in the workplace: a systematic review. *BMC Public Health*, v. 20, n. 1, p. 1–15, 2020.

LEE, J.; KIM, H. The mental health benefits of employment and meaningful work during pandemics. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, v. 57, n. 4, p. 673–685, 2022.

NIEUWENHUIJSEN, K. et al. Work reintegration and physical health recovery after injury or illness. *Occupational Medicine*, v. 73, n. 1, p. 1–8, 2023.

PANICCIÀ, M.; ACITO, M.; GRAPPASONNI, I. How outdoor and indoor green spaces affect human health: a literature review. *Annali di Igiene*, 2024. Disponível em: https://annali-igiene.it/articoli/2024/online_ahead_of_print/10/Paniccia.pdf. Acesso em: 12 jun. 2025.

SCHURING, M. et al. Employment and health among the long-term unemployed. *International Journal of Public Health*, v. 65, p. 645–653, 2020.

WANG, S.; XU, H. Workplace social capital and employee well-being: A longitudinal study. *Journal of Occupational Health Psychology*, 2023.

ZACHER, H.; RUDOLPH, C. Aging workers and occupational health: The role of meaningful work. *Work, Aging and Retirement*, v. 7, n. 1, p. 1–13, 2021.