



Universidade Federal da Paraíba

Centro de Ciências Humanas Letras e Artes

Departamento de Psicologia

Trabalho de Conclusão de Curso

Mapeamento sistemático acerca de nudges na área da saúde

Thainá Leite Belém

João Pessoa, outubro de 2023

Thainá Leite Belém

Mapeamento sistemático acerca de nudges na área da saúde

Trabalho de conclusão de curso de Psicologia da Universidade Federal da Paraíba, orientado pela Profa. Dra. Thaís Augusta Cunha de Oliveira Máximo e pelo coorientador Prof. Dr. José Adson Oliveira Guedes da Silva.

Aprovado em 03/11/2023

Banca examinadora

Profa. Dra. Thaís Augusta Cunha de Oliveira
Universidade Federal da Paraíba
(Orientadora)

Prof. Dr. José Adson Oliveira Guedes da Silva
Universidade Federal da Paraíba
(Coorientador)

Prof. Dr. Marcos Williams Aquino de Carvalho

Profa. Dra. Tatiana de Lucena Torres

João Pessoa, outubro de 2023

Agradecimentos

Um dia, quando tudo isso esteve distante o bastante para eu achar que não seria possível, e acredite, nem estou falando sobre tempo, Deus me fez querer continuar e é por isso que hoje posso apresentar esse trabalho e finalizar mais uma etapa da minha vida. Ele me fez encontrar pessoas que conseguiram, de muitas formas, deixar tudo mais leve, nomes que não caberiam neste texto, mas que se sentirão tocadas ao lê-lo, porque lembrarão que estiveram comigo e são parte dessa conquista. Quero dedicar esse trabalho a toda a minha família, que sempre acreditou em mim e esteve na torcida, sem cessar; quero lembrar aqui, ao meu Pai, que tudo isso é dele também, pela faculdade que ele não conseguiu fazer e que sonhava que eu fizesse. Não esquecerei da minha orientadora que aceitou esse desafio e sempre me encorajou e me orientou da melhor forma possível; ao meu coorientador que me incentivou a desbravar um tema totalmente novo. Por fim, quero agradecer a mim, por ter persistido e vivido tudo isso com toda a minha força, fé e dedicação.

Resumo

O artigo aborda a aplicação da Economia Comportamental, a partir da implementação de "nudges", que são pequenos incentivos que direcionam o comportamento de maneira previsível, sem impor restrições. Através de um mapeamento sistemático, foi realizada uma busca por estudos que possam auxiliar em futuras estratégias de incentivo ao uso de um aplicativo de monitoramento e satisfação desenvolvido para ser utilizado pelos trabalhadores da saúde. Como os "nudges" podem auxiliar nesse incentivo? A finalidade principal deste mapeamento é orientar a formulação de futuras estratégias voltadas para esse contexto, com o propósito de promover mudança organizacional e qualidade de vida para esses trabalhadores. Os resultados tiveram como base 41 estudos recentes, que abordam o uso de nudges em diferentes contextos a fim de promover escolhas saudáveis, como alimentação, exercícios físicos e combate à obesidade, além do incentivo a doação de órgãos e políticas públicas; outros estudos abordaram o uso de nudges na pandemia de COVID-19, com resultados positivos na promoção de comportamentos preventivos, como lavagem das mãos e vacinação. Há uma escassez dentro da área da Psicologia na pesquisa, mas os nudges estudados podem ser utilizados como alicerce para orientar futuras estratégias de implementação e incentivo ao uso do aplicativo com o objetivo de promover melhoria na qualidade de vida dos trabalhadores da saúde.

Introdução

Estamos a quase todo momento decidindo sobre algo, fazendo grandes ou pequenas escolhas e apesar de todas elas influenciarem a vida, algumas acabam sendo mais significativas, como qual profissão seguir; em qual faculdade ingressar; quando se casar ou ter filhos. Mas ir na padaria ou não, beber refrigerante ou suco, usar o celular enquanto dirige são escolhas que nem sempre nos damos conta do que precisamos fazer, mas que estão sempre presentes, influenciando o curso dos nossos dias.

De acordo com Samson (2015), segundo a Economia Comportamental, muitas dessas escolhas não resultam de uma deliberação cuidadosa; acabamos sendo influenciados por informações gravadas, sentimentos que surgem de modo automático e estímulos salientes no ambiente. Além disso, por sermos animais sociáveis, buscamos preferencialmente fazer escolhas que valorizem as normas sociais.

Ainda segundo Samson (2015), vivemos o momento, isto é, a tendência é resistirmos a mudanças, além de sermos sujeitos a distorções de memória e afetados por estados psicológicos. No entanto, pequenas alterações nos ambientes podem impactar as escolhas das pessoas e direcionar os seus comportamentos, esses pequenos incentivos ou “empurrões” são chamados nudges e foram propostos pelo economista Richard Thaler e pelo professor de direito, Cass Sunstein.

De acordo com Thaler e Sunstein (2008, pág. 8), “um nudge é qualquer aspecto da arquitetura da escolha que altera o comportamento das pessoas de uma forma previsível sem proibir nenhuma opção nem alterar significativamente as consequências econômicas.” Como as pessoas nem sempre se comportam de maneira racional, os nudges acabam influenciando as suas decisões; (Keeney, 1982) ou seja, muitas das nossas escolhas são tomadas por ideias pré estabelecidas, construídas ao longo da vida por vivências particulares.

Ainda, as implicações da Economia Comportamental são amplas; as suas ideias vêm sendo implementadas em diferentes esferas no setor privado e em políticas públicas, abrangendo finanças, saúde, energia, desenvolvimento, educação e marketing de consumo (Samson, 2015). Levando em

consideração esse leque de possibilidades que a área pode proporcionar, o trabalho buscou mapear sistematicamente estratégias baseadas em nudges para a promoção da mudança organizacional em um hospital da Paraíba.

A ideia surgiu a partir da implementação de um projeto que se iniciou na pandemia do Covid-19 e que teve por objetivo propor a criação de um observatório que pudesse dar visibilidade à saúde e segurança do trabalhador da saúde. Além disso, um aplicativo, conhecido por Trabs, foi desenvolvido para que esses trabalhadores pudessem registrar a satisfação e os sentimentos que o trabalho lhes proporciona. (Carvalho, Cunha & Máximo, 2021).

Apesar de ter origem no contexto pandêmico, o aplicativo pode ser utilizado para avaliação da implantação de novos processos em órgãos de saúde e seu impacto no corpo funcional através do monitoramento, de forma contínua, dos sentimentos e satisfação com o trabalho. Ele acaba funcionando, dessa forma, como um meio de entender como se encontra o clima de uma organização e a partir disso, intervenções podem ser realizadas, buscando melhorias na qualidade de vida dos trabalhadores da mesma. (Carvalho, Cunha & Máximo, 2021).

Dessa forma, o presente estudo surge para buscar trabalhos baseados em nudges que possam ser utilizados para incentivar o uso do Trabs pelos trabalhadores da saúde. No entanto, essa não é uma tarefa simples. Coutinho (2021) afirma que tanto em ambiente empresarial como no setor público, o fracasso em projetos surge a partir da inadequada gestão de mudanças; se as pessoas não mudarem a forma como trabalham, acompanhando a transição para o novo contexto que o projeto proporciona, ele fracassa.

É interessante lembrar que um dos papéis de uma organização é preocupar-se com a qualidade de vida dos trabalhadores, como eles se sentem no ambiente no qual passam boa parte dos seus dias. De acordo com Ferreira (2017, p. 183), qualidade de vida no trabalho “é o conjunto de ações que a empresa realiza para implantar melhorias e inovações gerenciais, tecnológicas e estruturais no ambiente de trabalho.”

Apesar do aplicativo ter sido desenvolvido a partir da realidade dos trabalhadores, a sua

implementação e adesão dos mesmos ao seu uso não se mostrou tão simples, dessa forma, surgiu a necessidade de compreender e desenvolver técnicas para auxiliar o engajamento desses profissionais. O mapeamento resgatará estratégias de nudges já utilizadas em outros contextos, que possam servir como base para incentivar o uso do aplicativo, com a intenção de promover mudança organizacional e consequentemente, melhoria da qualidade de vida dos trabalhadores da saúde.

Metodologia

Para identificar possíveis nudges na área da saúde, levando em consideração os objetivos do artigo, as palavras chaves utilizadas para a pesquisa foram “nudges e saúde” inicialmente nas bases de dados Scielo, Lilacs, Medline/PubMed, IndexPsi e posteriormente o Google Scholar. Os critérios de inclusão englobam todos os trabalhos escritos na língua portuguesa e quanto ao período de busca, optou-se por não estabelecer restrições, dado que o tema é recente e não apresenta uma abundância de produções. Foram excluídos os trabalhos que não tratavam do tema.

Foi desenvolvida uma planilha no Excel para viabilizar a progressão da pesquisa, permitindo o registro contínuo de informações. Esta foi estruturada em sete colunas distintas, com as seguintes designações: título, local, ano de publicação, tipo, abordagem, descobertas e link. A coluna denominada tipo tinha a finalidade de indicar se o trabalho era uma dissertação, um trabalho de conclusão de curso, um artigo, entre outros; a abordagem se refere ao modo pelo qual o estudo foi conduzido e os achados deveriam conter os nudges encontrados e os resultados obtidos.

Com o intuito de identificar essas informações, foi lido o resumo dos trabalhos e, quando necessário, uma leitura mais abrangente. Assim, eles foram selecionados e a construção da planilha serviu como base para a discussão e resultados do presente estudo.

Resultados e Discussão

As buscas realizadas nas plataformas Scielo, Lilacs, Medline/PubMed, IndexPsi, com os descritores “nudges e saúde” não apresentaram nenhum resultado; dessa forma, a pesquisa foi direcionada para o Google Scholar, que gerou “aproximadamente 3.020 resultados.” A pesquisa

seguiu até a página 28, quando os resultados já não tinham relação alguma com o tema; dessa forma, 41 estudos foram selecionados e detalhados na planilha do Excel.

Todos os trabalhos são recentes, sendo o mais antigo datado em 2016; esse foi um dos motivos para não utilizar o ano de publicação como um critério de exclusão. Os esforços visando a promoção de escolhas mais saudáveis por parte das pessoas, incentivando uma melhor alimentação, a prática regular de atividades físicas e a adoção de cuidados com a saúde, de uma forma geral, incluindo agendamento de consultas, participação em programas de vacinação, manutenção da saúde mental e até mesmo incentivo à doação de órgãos, são temas encontrados na pesquisa. Além disso, a estratégia dos nudges se mostraram ser uma ferramenta eficaz no incentivo a políticas públicas dentro desse contexto.

Dos 41 estudos, 18 abordavam o incentivo a escolhas mais saudáveis, incluindo a prática de exercícios físicos, mudança nas escolhas alimentares e o combate à obesidade. O mais antigo, é datado em 2016 e o mais recente data o ano vigente (2023).

De acordo com Matias e Santos (2020), estimular hábitos alimentares mais saudáveis a partir de sistemas alimentares sustentáveis é um dos maiores desafios da humanidade para a saúde e para o meio ambiente no século XX, levando em consideração o crescimento da população mundial e o modo de vida urbano. No entanto, ainda segundo os autores, diversas evidências empíricas revelam que os nudges possuem a capacidade de guiar e influenciar indivíduos a realizar escolhas alimentares mais saudáveis e sustentáveis.

Um dos estudos empíricos encontrados foi realizado por Bastos (2021), que envolveu a aplicação de dois nudges em um restaurante da cidade de Brasília com objetivo de fazer com que os consumidores optassem por escolhas alimentares mais saudáveis. Ambos os nudges foram aplicados no menu executivo, o qual oferecia um combo com duas opções de pratos principais mais uma opção de salada ou sobremesa. O primeiro nudge implementado continha a informação das calorias que o cliente consumiria escolhendo como acompanhamento a salada ou a sobremesa e o segundo, além das informações da quantidade de açúcar que continha na sobremesa, trazia também

a recomendação da Organização Mundial de Saúde (OMS) da quantidade máxima de açúcar refinado a ser ingerido em um dia. As duas estratégias foram eficazes quanto ao seu objetivo, já que antes do experimento aproximadamente 52,5% dos clientes optavam pela sobremesa; com a aplicação do nudge 1 e 2, esse percentual caiu para 48,76%, e 46%, respectivamente.

Kistler (2021) destaca algumas estratégias que podem ser utilizadas para incentivar as pessoas a consumirem produtos mais saudáveis: os nudges “sinalização” (signage), que são materiais de marketing, como pôsteres ou etiquetas de prateleira com texto usado para promover itens idealmente exibidos em locais de destaque; o nudge de “exposições múltiplas”, nesse, a ideia é fornecer mais de uma oportunidade para um cliente selecionar um item, aumentando a probabilidade de sua seleção; nudge de “conveniência”, no qual a distância entre um item e as mãos do cliente é minimizada; nudges de “posicionamento” (order), neste, a ideia é posicionar preferencialmente alguns itens, como por exemplo colocar alimentos saudáveis em primeiro plano; por fim, o nudge de priming, que consiste em expor os clientes a pistas ambientais que os direcionem a alimentos específicos antes do momento de escolha do cliente, como por exemplo, expor um grande pôster com laranjas; quanto mais longa a exposição, mais o indivíduo tem a oportunidade de perceber os benefícios de selecionar os itens.

As estratégias são inúmeras, Silva (2022) também aponta alguns nudges, como o de simplificação, que consiste em tornar mais fácil a visualização de uma informação ou de uma escolha, como, por exemplo, destacar informações nutricionais relevantes no rótulo de um alimento; existem nudges que também funcionam como alertas, nesse caso, são expostos textos verbais ou não verbais apelativos para desestimular o consumo de um produto; uma outra forma destacada pelo autor são os nudges que funcionam como compromissos prévios, que acorda uma atitude futura, como reduzir o consumo de açúcares; já as intenções de implementação são nudges que retoma-se a importância da realização de uma ação futura, como “pretende se alimentar de maneira mais saudável?” A revelação é também uma estratégia que explicita informações de modo a dar maior visibilidade a elas, como destacar a quantidade de calorias ou gorduras numa porção do alimento;

por fim, as normas sociais são empurrões que se utiliza com objetivo de ressaltar o que a maioria das pessoas faz, como, por exemplo, “nove em cada dez pessoas escolhem a salada de frutas como opção de sobremesa”.

A despeito do êxito observado na aplicação dos nudges em variadas circunstâncias, é crucial sublinhar que a adoção destes está sujeita às peculiaridades de cada cenário. Como por exemplo, no caso de nudges direcionados ao incentivo a doação de órgãos, Vieira (2022) ressalta ser necessário observar não apenas os benefícios que a implementação dos nudges podem gerar, mas o custo político da aprovação de determinada regulação direcionada a esse tipo de doação, bem como será a recepção da sociedade diante determinada medida.

No Brasil, por exemplo, para que haja a doação de órgãos e tecidos, a autorização familiar é indispensável. Assim, ainda que uma pessoa manifeste sua vontade de doar, os seus órgãos não poderão ser doados, caso a sua família não autorize, após o seu óbito (Andrade, 2020). Portanto, a tentativa de implementação da Lei nº 9.434/1997 que estabelecia, em seu artigo 4º, a doação presumida de órgãos post mortem, na qual consideraria como doador todo aquele que não manifestasse em vida seu desejo de não doador, fracassou, por não apresentar boa receptividade na sociedade brasileira. Essa normativa fez com que, diferente do esperado, milhares de brasileiros imediatamente procurassem se cadastrar como “não doadores” em documentos oficiais.

Porém, em outros países esse nudge apresenta bons resultados; “a alteração da regra pré-definida para doação de órgãos (rumo ao consentimento presumido) é um caminho que muitos países europeus têm escolhido como forma de enfrentamento do déficit de órgãos.” (Fonseca, 2017, p.17). A autora também enfatiza que não basta falar sobre a doação de órgãos, uma vez que o enquadramento inadequado pode afastar as pessoas ainda mais do tema; assim, o ideal é que associações positivas sejam reforçadas (vida, renascimento, vitória) e não associações negativas, como a morte, o sofrimento ou a perda. A pesquisa mais antiga sobre o tema foi publicado em 2017, e no total, foram encontrados 7 (sete) trabalhos, que em grande parte, enfatizam a necessidade de estudos voltados para o contexto brasileiro que possam incentivar a doação de órgãos.

Apesar de ser um tema recente, também foram encontrados 5 (cinco) trabalhos sobre a aplicação de nudges no contexto da pandemia do Covid-19. Um deles foi uma pesquisa realizada por Abreu e Roazzi (2023), que teve por objetivo analisar como a Teoria de Nudges e como a gamificação podem contribuir no processo de tomada de decisão dos sujeitos, ajudando assim na prevenção e controle da covid-19 no Brasil. “A gamificação é o uso de mecânicas e características de jogos para engajar, motivar comportamentos e facilitar o aprendizado de pessoas em situações reais, normalmente não relacionadas a jogos.” (Freitas, Figueiredo & Guimarães, 2020).

O estudo revelou um aumento do conhecimento sobre a Covid-19 e diminuição de crenças conspiratórias, já que o contexto digital foi grande alvo de fake news sobre o assunto e por isso carece de ferramentas e estudos que causem impacto nos processos psicológicos e comportamentais dos sujeitos. Além dos nudges contribuírem para esse processo de informação, diante do contexto mencionado, eles se mostraram eficazes para influenciar a lavagem das mãos e incentivar a vacinação.

Como pode ser observado, as estratégias são simples, mas trazem resultados significativos. Gotti, Argondizzi, Silva, Oliveira Banaco (2019) apresentam um estudo realizado por Dreibelbis, Kroeger, Hossain, Venkatesh & Ram (2016), no qual fizeram uma intervenção em duas escolas para incentivarem a higienização das mãos. Essas intervenções consistiram em sinais sutis no ambiente (nudges), na forma de trilhas pavimentadas com desenhos de pegadas que conduziam da latrina até a estrutura para lavagem das mãos. Na linha de base do registro havia sido marcada uma frequência de 4% das crianças que lavavam as mãos, aumentando para 68% no dia seguinte à introdução do uso desses nudges e para 74% após passadas 6 semanas de intervenção.

As políticas públicas também estiveram presentes nos achados dessa pesquisa, em temas já mencionados, como a doação órgãos, combate a obesidade, intervenções no contexto da pandemia do Covid-19, além de estarem presente em temas que não foram explanados ainda, como o combate ao suicídio e adesão a tratamentos; também foram encontrados nudges voltados a política infantoadolescentes e de drogas. Ao todo, foram encontrados 11 (dez) trabalhos envolvendo o tema,

todos também com publicações recentes, sendo a mais antiga, publicada em 2017.

De acordo com Cardoso, Afonso e Knoerr (2020) na organização da Atenção Primária à Saúde (APS) no Brasil, algumas atividades implementadas pelas Estratégia de Saúde da Família (ESF), que é prioritariamente norteadas por educação em saúde, sugerem fortemente o nudge. É evidente que o reforço positivo e a perspectiva de fazer parte de um grupo seleto que “toma as decisões corretas” gera influência positiva nas ações individuais e coletivas das pessoas, contribuindo para a sustentabilidade e eficácia dos serviços de saúde ofertados.

Dentre essas atividades estão as visitas domiciliares às famílias, que são feitas pelos Agentes Comunitários de Saúde (ACS) mensalmente, independente da solicitação das mesmas, isso acaba fidelizando comportamentos que são divididos e discutidos entre o paciente e a equipe; uma outra prática adotada é a frequência da consulta médica para pacientes com doenças crônicas como hipertensão e diabetes serem agendadas a cada três meses; também, durante a consulta de puericultura, a mãe é sempre elogiada quando relata sobre utilizar as orientações acordadas entre ela e o profissional na consulta anterior ou quando o peso da criança está adequado, assim como quando a mesma apresenta higiene satisfatória ou a caderneta de vacinação em dia. São diversas as práticas trazidas pelos autores, funcionando como pequenos “empurrões” em direção a decisões voltadas à saúde (Cardoso, Afonso & Knoerr, 2020).

A saúde mental apresentou-se como um tema escasso. O único trabalho encontrado fala sobre o combate ao suicídio, com data de publicação no ano de 2021. Tangerino, Cabral e Olive (2012), ressaltam a importância da criação de intervenções que sejam efetivas, levando em consideração o aumento progressivo dos índices desses eventos. As políticas públicas tradicionalmente empregadas, como a inserção de barreiras físicas em hotspots ou a realização de campanhas de sensibilização, geralmente não apresentam resultados satisfatórios, apesar de exigirem alto custo na implementação.

Portanto, alguns nudges são sugeridos para o combate ao suicídio, com uma finalidade inicial de promover o debate quanto à incorporação dessa metodologia às políticas públicas. O

primeiro deles considera as tentativas de suicídio e como intervenção, um atendimento emergencial, no qual o indivíduo será inserido de forma automática em um programa de atendimento psicológico por telefonema, sendo o cancelamento realizado somente mediante a manifestação, feita presencialmente pelo indivíduo. Uma outra medida considera que existem datas de picos de incidência em suicídios (segundas-feiras ou dias posteriores a feriados) e assim seria interessante que os profissionais de imprensa apresentassem notícias com teor positivo, na medida do possível (Tangerino, Cabral & Olive, 2012).

Os autores apresentam a consideração de que grande parte das pessoas que estão na iminência de realizar suicídio estão passando por uma situação de “tunelamento atencional”, ou seja, realocando todos recursos cognitivos em linhas de pensamento circulares e repetitivos, desconsiderando alternativas. Por essa razão com grande incidência de suicídios, ao invés de se limitar a circulação ou criar barreiras físicas, pode ser razoável usar de meios para causar a interrupção do “túnel atencional” suicida por meios direcionados a engatilhar temporariamente o uso do sistema 2 de raciocínio.

Para entender melhor sobre o sistema 2, Daniel Kahneman, segundo Samson (2015) utiliza uma estrutura teórica de sistema dual para explicar por que frequentemente as nossas avaliações e decisões não estão em conformidade com noções formais de racionalidade: o sistema 1 e o 2. O primeiro compreende processos de pensamento que são intuitivos, automáticos, baseados na experiência e relativamente inconscientes e o 2 é mais reflexivo, controlado, deliberativo e analítico. As avaliações influenciadas pelo Sistema 1 são fundamentadas em impressões derivadas de conteúdo mental facilmente acessível, enquanto o sistema 2 procura monitorar ou controlar, frequentemente sem êxito, as operações mentais e o comportamento observável.

Por fim, eles enfatizam o uso de meios com alta letalidade, como a ingestão de medicamentos e que as pessoas que tentam cometer suicídio, querem melhorar sua condição e piorá-la ou passar por grande sofrimento. Esses meios costumam apresentar em suas embalagens alertas destacados de perigo de morte; esses alertas deveriam ser substituídos por outros voltados

aos efeitos indesejados, como alertas de que o uso indevido por causar dores muito fortes, incapacidade motora ou danos cognitivos permanentes.

A grande parte dos estudos concentra-se predominantemente na área da saúde pública e promoção da saúde; notavelmente, a maioria prioriza a promoção de hábitos alimentares mais saudáveis. Dos 41, 13 são artigos publicados em revistas, também com diversificadas áreas de publicações, sendo essas, a área jurídica, constituição, sociedade, história, relações internacionais, ciência política, economia política internacional, direito internacional, gestão pública, direitos humanos, educação, políticas públicas, ciências sociais aplicadas, ciências exatas e da terra, saúde no que se refere a aplicações e desenvolvimentos tecnológicos, medicina, filosofia e ciências sociais, ciências da saúde, análise do comportamento no Brasil e no exterior, engenharia civil, engenharia sanitária, engenharia de transportes, engenharia de minas, engenharia de materiais e metalúrgica, engenharia química, engenharia nuclear, engenharia mecânica, engenharia naval e oceânica, engenharia aeroespacial, engenharia elétrica, engenharia biomédica, engenharia de produção e tecnologias associadas.

Como pôde ser observado, nenhuma das áreas de publicação mencionadas são da Psicologia, o que merece ser considerado ao refletir sobre o impacto da Economia Comportamental e o uso de nudges na compreensão do comportamento humano, tema que já tem raízes na Psicologia; portanto, seria interessante que a área pudesse publicar trabalhos. Além disso, é importante destacar a relevância dessa área no contexto da saúde do trabalhador, por desempenhar um papel crucial na promoção do bem-estar no trabalho e enfatizar a importância da saúde na vida dos trabalhadores.

De acordo com a Psicodinâmica do Trabalho, uma das abordagens da Psicologia do Trabalho, é inevitável que haja sofrimento no trabalho, já que este coloca o sujeito em frente do real, do incerto e do inesperado; nele o sujeito também enfrenta relações afetivas de desconforto que são decorrentes do fato de que as coisas acabam não funcionando necessariamente como foram previstas. (Martins, Moraes & Lima, 2010). Todavia Dejours (1992), defende ser possível que haja uma boa adequação entre a organização do trabalho e a estrutura mental do trabalhador. E quando a

relação com a organização do trabalho é favorável, quer dizer que ao menos uma das duas condições a seguir é realizada: as exigências intelectuais, motoras ou psicossensoriais da tarefa estão de acordo com as necessidades do trabalhador ou o conteúdo do trabalho é fonte de uma satisfação sublimatória, sendo esta uma situação rara.

A Psicologia, portanto, enfatiza a influência das percepções e perspectivas da vida de cada pessoa em sua ocupação, bem como a importância das suas necessidades para o envolvimento com o trabalho (Ferreira, 2017). A autora ainda destaca que a satisfação com o trabalho tende a gerar mais comprometimento, enquanto a insatisfação pode gerar baixo envolvimento com o mesmo, além de trazer uma série de doenças como estresse, problemas de coração, pressão e úlceras, tudo isso devido a tensão e pressão do ambiente.

Portanto, a escassez de trabalhos sobre os nudges dentro da área da Psicologia deixam uma lacuna que poderia ser preenchida por estudos que se voltassem a pequenas intervenções focadas na melhoria de ambientes organizacionais. Contudo, as produções existentes ainda têm muito a oferecer para o propósito desta pesquisa, servindo como um alicerce sólido para orientar futuras estratégias de implementação e incentivo ao uso de aplicativos por meio dos nudges, direcionado a melhoria da qualidade de vida dos trabalhadores da saúde.

Conclusão

Em conclusão, a pesquisa realizada sobre o uso de nudges na área da saúde revelou uma série de descobertas interessantes que podem auxiliar nas pesquisas e intervenções futuras tanto na Psicologia do Trabalho, quanto em outras ciências. Inicialmente, a busca por informações em diversas bases de dados acadêmicas não apresentou resultados significativos, o que destacou a importância de explorar outras fontes. A pesquisa resultou em 41 estudos relevantes, todos recentes e abordando uma variedade de tópicos relacionados à promoção da saúde e políticas públicas.

Ficou evidente que os nudges são estratégias eficazes para incentivar escolhas mais saudáveis e sustentáveis em diferentes contextos. Eles demonstraram ser particularmente úteis na promoção de hábitos alimentares saudáveis, na prevenção da obesidade e na influência sobre a

tomada de decisões relacionadas à saúde. Além disso, mostraram-se valiosos para o incentivo à doação de órgãos em alguns países, embora sua eficácia possa variar dependendo das características culturais e políticas de cada região.

A pesquisa também destacou a aplicação dos nudges no contexto da pandemia de Covid-19, onde eles contribuíram para o aumento do conhecimento sobre a doença, a redução de crenças conspiratórias e o estímulo à lavagem das mãos e à vacinação. Essas descobertas ressaltam o potencial dos nudges como ferramenta para enfrentar desafios de saúde pública.

Por outro lado, a pesquisa identificou a escassez de estudos na área da Psicologia, o que seria interessante levando em consideração o contexto e objetivo do presente mapeamento, que buscou estratégias que pudessem servir de alicerce para incentivar o uso de um aplicativo que surgiu a partir da necessidade de compreender e desenvolver técnicas para auxiliar o engajamento dos profissionais da saúde. O mapeamento conseguiu resgatar essas estratégias que poderão ser utilizadas e adaptadas, para incentivar o seu uso e possivelmente promover mudança organizacional, melhorando a qualidade de vida dos trabalhadores da saúde.

Referências Bibliográficas

- Abreu, B. F. C. & Roazzi, A., (2023). Nudging e gamificação no processo de tomada de decisão: um estudo de intervenção para minimizar os efeitos das fakes news e aumentar o conhecimento sobre a Covid-19, *Revista Docência e Cibercultura*, 7(2),1–23. <https://doi.org/10.12957/redoc.2023.67193>
- Afonso, T. M., Cardoso, H. R. & Knoerr, F. G., (2020). Prática sustentável na APS – educação e paternalismo libertário em tema de saúde pública, *Revista Relações Internacionais do Mundo Atual*, 2(27),1–8. <http://dx.doi.org/10.21902/revrima.v1i26.3982>
- Andrade, O. M., (2020). Utilizando Economia Comportamental nas Políticas Públicas para aumentar a doação de órgãos, *Revista Themis*, 18(1), 171–192. <https://revistathemis.tjce.jus.br/THEMIS/article/view/748/pdf>
- Andrade, O. M., (2021). Pl 3176/2019, economia comportamental e o sistema opt-out: uma nova chance para incentivar a doação de órgãos no Brasil? *Revista de Seção Judiciária do Rio de Janeiro*, 4(50), 29–42. <https://doi.org/10.30749/2177-8337.v24n50p29-46>
- Antunes, A. B. S., (2020). *Impacto de intervenção baseada em arquitetura de escolhas no consumo de alimentação escolar e de água: ensaio randomizado de base escolar*, [Dissertação, Universidade Estadual do Rio de Janeiro]. Biblioteca digital de teses e dissertações da Universidade Estadual do Rio de Janeiro. <http://www.bdt.d.uerj.br/handle/1/17430>
- Alba. G. & Oliveira. J. V., (2020). *O dentista mandou lembranças!* [Trabalho de Conclusão de Curso, Instituto Federal do Rio Grande do Sul]. Repositório Institucional do IFRS. <https://dspace.ifrs.edu.br/xmlui/handle/123456789/367>
- Albuquerque, A. P. & Barros, S. R. A. , (2022). Economia comportamental aplicada a Covid-19: um exercício analítico do uso de “nudges” em políticas públicas., *Revista científica multidisciplinar*, 3(3),1–8. <https://doi.org/10.47820/recima21.v3i3.1246>
- Argondizzi, J.G.F., Banaco, R. A., Gotti, E. S., Oliveira, E. A. & Silva, V. S., (2019). O uso de nudges para higienização das mãos como estratégia mitigatória comunitária diante da

pandemia de Covid 19, *Revista Brasileira de Análise do Comportamento*, 15(2), 132–138.

<http://doi.org/10.18542/rebac.v15i2.8766>

Bastos, M. C., (2021). *Economia comportamental : o impacto de nudges na escolha dos consumidores em um restaurante à la carte*, [Trabalho de Conclusão de Curso, Universidade de Brasília]. <https://bdm.unb.br/handle/10483/29601>

Biasi, C., Rosa, M. V. G., & Sbicca. A., (2022) O consumo de carne à luz da Economia Comportamental. *Revista Associação Brasileira de Estudos Regionais*, 1–18.
https://brsa.org.br/wp-content/uploads/wpcf7-submissions/7103/Documento-1_ENABER_2022_comid.pdf

Cabral, G., Olive, H., & Tangerino, D. P. C.,(2018). Políticas públicas em suicídio: do paternalismo clássico ao paternalismo libertário e nudging*, *Revista brasileira de políticas*, 8(2),327–358.
<https://doi.org/10.5102/rbpp.v8i2.5167>

Carvalho, J. R., (2020). *Sedentarismo e mudança comportamental*, [Dissertação de mestrado, Instituto Universitário de Lisboa]. ISCTE Ciências sociais e humanas.
<http://hdl.handle.net/10071/21610>

Carvalho. M., Cunha. J. A. O. G. & Máximo. T. A. O., (2022). Uma proposta de arquitetura de observatório sobre a Saúde do trabalhador da saúde no contexto da Covid-19, *ISYS Brazilian journal of information systems* 15(1),18:1–18:25. <https://doi.org/10.5753/isys.2022.2272>

Cascaes, A. C., (2022). Vacinação compulsória no brasil: uma análise jurídico-econômica no contexto da pandemia de covid-19, *Revista Jurídica Luso-brasileira*, 8, 1513–1547.
https://www.cidp.pt/revistas/rjlb/2022/2/2022_02_1513_1547.pd

Castro, A. S. R., Loch, M. R., Dias, D. F. & Guerra, P. H., (2019) Controle remoto ou remoto controle? A economia comportamental e a promoção de comportamentos saudáveis, *Revista Panamericana de Saúde Pública*, 43, 1–5. <https://doi.org/10.26633/RPSP.2019.18>

Celich, C. S., (2016). *Economia comportamental e políticas públicas: combate do crescimento da obesidade*, [Trabalho de Conclusão de Curso, Insper – Instituto de Ensino e Pesquisa]

INSPER, Repositório digital. <https://repositorio.insper.edu.br/handle/11224/1555>

- Cestare, J. M. A. P., Filho, E. R. & Suzuki, R.,(2021). Mudança sd consumo: utilização de incentivos para mudanças comportamentais saudáveis e sustentáveis, *Revista Mundi Engenharia, Tecnologia e Gestão*, 6(4), 1–15.
<http://doi.org/10.21575/25254782rmetg2021vol6n41770>
- Cioatto, R. M. & Pinheiro, A.A.G., (2018). Nudges como política pública para aumentar o escasso número de doadores de órgãos para transplante, *Revista brasileira de políticas*, 8(2),368–384. <https://doi.org./10.5102/rbpp.v8i2.5271>
- Cordeiro, G. M., (2022). *Nudge aplicado à higienização das mãos em um hospital privado de João Pessoa/PB*, [Trabalho de Conclusão de Curso, Universidade Federal da Paraíba].
<https://repositorio.ufpb.br/jspui/bitstream/123456789/19572/1/GMC22022021.pdf>
- Costa, J. S., (2021). *Teoria do nudge e sua aplicação na orientação para o autocuidado de pacientes transplantados*, [Trabalho de Conclusão de Curso, Universidade de Brasília].
<https://bdm.unb.br/handle/10483/32772>
- Cortez Keeney, R. L. (1982). Decision analysis: An overview. Operations Research.
- Coutinho, H. (2021). Gestão dialógica de mudança organizacional. Expressa Ferreira, P. I. (2013). Clima organizacional e qualidade de vida no trabalho. LTC
- Dejours, C (1992). A loucura do trabalho, estudo de psicopatologia do trabalho.
- Emídio, L. D., (2022). *Nudges digitais com chatbots : uma solução de apoio à fisioterapia pós cirúrgica do ombro*, [Dissertação, Universidade Federal de Pernambuco]. ATENNA – Repositório digital da UFPE. <https://repositorio.ufpe.br/handle/123456789/48765>
- Ferrari, F. G., (2019). *A economia comportamental da saúde: contribuições para a análise do problema da obesidade no Brasil e no mundo do século XXI*, [Dissertação, Universidade PresbiterianaMackenzie].<https://adelpha-api.mackenzie.br/server/api/core/bitstreams/6fee88af-1e84-43fa-bb4f-c42c33e8691f/content>
- Ferreira, J. P. C. M, (2021). *A abordagem da economia comportamental nas políticas públicas e o caso da vacinação contra a covid-19*. [Trabalho de Conclusão de Curso não publicado,

Pontifícia Universidade Católica De Campinas].

Ferreira, V. R. M. & Sapunar, B., (2016). Nudging for Good – O Caso do Programa Unidos Por Crianças Mais Saudáveis, *FVG Biblioteca Digital*. <http://hdl.handle.net/10438/18898>

Fonseca, P. ,(2017). Insights comportamentais sobre a doação de órgãos: como a economia comportamental pode contribuir para o déficit de órgãos para transplante, *Brazilian Journal of Transplantation*, 20(2), 24–29. <https://doi.org/10.53855/bjt.v20i2.83>

Gomes, J. F. O., (2020). *A nova rotulagem nutricional da anvisa e a influência no comportamento dos consumidores*, [Trabalho de Conclusão de Curso, Universidade de Brasília]. <https://bdm.unb.br/handle/10483/25502>

Groders, E. D., (2017). *Preferências do consumidor por produtos orgânicos : nudges e o uso de normas descritivas*, [Dissertação, Universidade Federal do Rio Grande do Sul]. ILUMINE, Repositório digital. <http://hdl.handle.net/10183/158149>

Kistler, A. S., (2021). *O uso de nudges na indústria alimentícia, uma abordagem sobre a motivação da alimentação saudável e o papel dos consumidores, indústria e governos*. [Monografia não publicada, Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro]. https://www.econ.puc-rio.br/uploads/adm/trabalhos/files/Amanda_Seabra_Kistler_Mono_21.2.pdf

Lima, S. C. C., Martins, S. R.; Moraes, R. D. & (2010). Sofrimento, defesa e patologia: o olhar da psicodinâmica sobre a violência no trabalho. Em MENDES, A. M. (org). *Violência no Trabalho – Perspectivas da Psicodinâmica, da ergonomia e da sociologia clínica*. São Paulo: Mackenzie

Lopes, M. B., (2018). *Economia comportamental : a aplicação de Nudge para a melhoria de hábitos alimentares*, [Trabalho de Conclusão de Curso, Universidade de Brasília] <https://bdm.unb.br/handle/10483/22973>

Marques, I. R., (2021). *Aplicação da economia comportamental nas políticas públicas em saúde: uma revisão de escopo*, [Trabalho de Conclusão de Curso, Universidade de Brasília].

<https://bdm.unb.br/handle/10483/30952>

- Matias, J. L. N. & Santos, L. R., (2020). Alimentação, saúde e meio ambiente: os nudges como instrumento para uma alimentação saudável e sustentável no brasil., *Revista do Programa de Pós-Graduação em Direito da UFC*, 41(1),111–135.
<https://doi.org/repositorio.ufc.br/handle/riufc/62259>
- Moça, J. E. C., (2017). *Economia Comportamental e Políticas Públicas – Diagnóstico para a criação de um Nudge Nudge e a Adesão aos Tratamentos*, [Dissertação de mestrado não publicada]. Universidade Católica Portuguesa
- Morais, L. C., (2018). *Emprego de estratégias nudge em ensaio comunitário randomizado de base escolar para estimular o consumo de alimentação escolar, água e atividade física*, [Dissertação, Universidade do estado do Rio de Janeiro]. Biblioteca digital de teses e dissertações da Universidade Estadual do Rio de Janeiro.
<http://www.bdtu.uerj.br/handle/1/4437>
- Pfeifer, F. F., (2022). *Comunicações inteligentes para reduzir o absenteísmo em consultas: análise de impacto de ligações com mensagens comportamentais no Hospital do Servidor de São Paulo* [Dissertação, Fundação Getúlio Vargas]. FVG, Repositório digital.
<https://hdl.handle.net/10438/32644>
- Parente, R. M., (2022). *Vidas que podem ser salvas por meio de nudges: uma análise sob o viés da economia comportamental*, [Monografia, Universidade Federal do Ceará]. Biblioteca universitária. https://repositorio.ufc.br/bitstream/riufc/64676/1/2022_tcc_rmparente.pdf
- Prerazzo, M. C. T., (2023). *Nudge socioalimentar: integração social e nutricional dos migrantes forçados durante a pandemia Covid-19*, [Tese de doutorado, Universidade Federal de Minas Gerais]. <http://hdl.handle.net/1843/52061>
- Ribeiro, B. G., (2022). *A rotulagem de alimentos e a proteção do consumidor : uma abordagem a partir do paternalismo libertário*, [Monografia, Escola de Direito, Turismo e Museologia, Universidade Federal de Ouro Preto]. Biblioteca Digital de Trabalhos de Conclusão de curso.

<http://www.monografias.ufop.br/handle/35400000/3938>

- Ruschel, M., (2019). *Aplicabilidade da economia comportamental nas políticas públicas de doação de órgãos no Brasil*, [Trabalho de Conclusão de Curso, Universidade de Caxias do Sul]. USC, Repositório Institucional. <https://repositorio.ucs.br/11338/6064>
- Samson, A. (2015). Introdução a Economia Comportamental e Experimental. In A. Ávila & A. M. Bianchi. (Orgs).(2015). *Guia de Economia Comportamental e Experimental*. (pp. 26–60). *Economia Comportamental*. www.economiacomportamental.org
- Santos, L. R., (2022). *Comportamento, vacinação e direito à saúde: o uso de insights comportamentais como ferramenta complementar para o combate à redução vacinal infantil no Brasil*, [Dissertação, Universidade Federal de Pernambuco]. Repositório institucional. <http://repositorio.ufc.br/handle/riufc/66212>
- Silva. R. J. M. C. L., (2022). *Influência do ambiente alimentar, marketing e nudges nas escolhas alimentares de crianças e adolescentes*, [Trabalho de Conclusão de Curso, Universidade Federal de Pernambuco]. ATENA, Repositório Institucional da UFPE. <https://repositorio.ufpe.br/handle/123456789/48554>
- Sunstein, C. R. & Thaler, R. H., (2008). *Nudge: improving decisions about health, wealth, and happiness*. Yale University Press, New Haven.
- Vieira, P. C. C., (2022). *Caminhos alternativos para a regulação do consentimento na doação de órgãos e tecidos post mortem no Brasil*. [Trabalho de Conclusão de Curso, Fundação Getúlio Vargas]. <https://hdl.handle.net/10438/33543>

Anexo

Título	Ano	Link
Nudges como política pública para aumentar o escasso número de doadores de órgãos para transplante.	2018	https://www.publicacoesacademicas.uniceub.br/rbpp/article/view/5271
Economia comportamental aplicada a covid-19: um exercício analítico do uso de "nudges" em políticas públicas.	2022	https://www.recima21.com.br/index.php/recima21/article/view/1246
Nudges digitais com chatbots : uma solução de apoio à fisioterapia pós-cirúrgica do ombro.	2022	https://repositorio.ufpe.br/handle/123456789/48765
O uso de nudges na indústria alimentícia, uma abordagem sobre a motivação da alimentação saudável e o papel dos consumidores, indústria e governos.	2021	https://www.econ.puc-rio.br/uploads/adm/trabalhos/files/amanda_seabra_kistler_mon_o_21.2.pdf
Economia comportamental : o impacto de nudges na escolha dos consumidores em um restaurante à la carte.	2021	https://bdm.unb.br/handle/10483/29601
Políticas públicas em suicídio: do paternalismo clássico ao paternalismo libertário e nudging*	2018	https://www.publicacoesacademicas.uniceub.br/rbpp/article/view/5167
Prática sustentável na aps – educação e paternalismo libertário em tema de saúde pública.	2020	http://dx.doi.org/10.21902/revrima.v1i26.3982
Alimentação, saúde e meio ambiente: os nudges como instrumento para uma alimentação saudável e sustentável no brasil.	2021	http://www.repositorio.ufc.br/handle/riufc/62259
Nudging e gamificação no processo de tomada de decisão: um estudo de	2023	https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/re-doc/article/view/67193/pdf

intervenção para minimizar os efeitos das fake news e aumentar o conhecimento sobre a Covid-19.		
Emprego de estratégias nudge em ensaio comunitário randomizado de base escolar para estimular o consumo de alimentação escolar, água e atividade física.	2018	http://www.bdt.d.uerj.br/handle/1/4437
Teoria do nudge e sua aplicação na orientação para o autocuidado de pacientes transplantados.	2021	https://bdm.unb.br/handle/10483/32772
Aplicação da economia comportamental nas políticas públicas em saúde: uma revisão de escopo.	2021	https://bdm.unb.br/handle/10483/30952
O dentista mandou lembranças!	2020	https://dspace.ifrs.edu.br/xmlui/handle/123456789/367
Influência do ambiente alimentar, marketing e nudges nas escolhas alimentares de crianças e adolescentes.	2022	https://repositorio.ufpe.br/handle/123456789/48554
Utilizando economia comportamental nas políticas públicas para aumentar a doação de órgãos.	2020	https://revistathemis.tjce.jus.br/themis/article/view/748/pdf
Comportamento, vacinação e direito à saúde: o uso de insights comportamentais como ferramenta complementar para o combate à redução vacinal infantil no Brasil.	2022	http://www.repositorio.ufc.br/handle/riufc/66212
A economia comportamental da saúde: contribuições para a análise do problema da obesidade no Brasil e no mundo do século XXI.	2019	https://dspace.mackenzie.br/bitstream/handle/10899/26422/felipe%20galves%20ferrari.pdf?sequence=1&isallowed=y

O uso de nudges para higienização das mãos como estratégia mitigatória comunitária diante da pandemia de covid 19.	2019	http://dx.doi.org/10.18542/revbac.v15i2.8766
A nova rotulagem nutricional da anvisa e a influência no comportamento dos consumidores.	2020	https://bdm.unb.br/handle/10483/25502
Economia comportamental : a aplicação de nudge para a melhoria de hábitos alimentares.	2018	https://bdm.unb.br/handle/10483/22973
Mudança de consumo: utilização de incentivos para mudanças comportamentais saudáveis e sustentáveis.	2021	https://doi.org/10.21575/25254782rmetg2021vol6n41770
Nudging for good – o caso do programa unidos por crianças mais saudáveis.	2016	http://hdl.handle.net/10438/18898
Preferências do consumidor por produtos orgânicos : nudges e o uso de normas descritivas.	2017	http://hdl.handle.net/10183/158149
Sedentarismo e mudança comportamental.	2020	http://hdl.handle.net/10071/21610
Economia comportamental e políticas públicas: combate do crescimento da obesidade.	2016	https://repositorio.insper.edu.br/handle/11224/1555
A abordagem da economia comportamental nas políticas públicas e o caso da vacinação contra a Covid-19.	2021	http://repositorio.sis.puc-campinas.edu.br/handle/123456789/16664
Comunicações inteligentes para reduzir o absenteísmo em consultas: análise de impacto de ligações com mensagens Comportamentais. no hospital do servidor de são paulo.	2022	https://hdl.handle.net/10438/32644

Impacto de intervenção baseada em arquitetura de escolhas no consumo de alimentação escolar e de água: ensaio randomizado de base escolar.	2020	http://www.bdttd.uerj.br/handle/1/17430
Caminhos alternativos para a regulação do consentimento na doação de órgãos e tecidos post mortem no Brasil.	2022	https://hdl.handle.net/10438/33543
Insights comportamentais sobre a doação de órgãos: como a economia comportamental pode contribuir para o déficit de órgãos para transplante.	2017	https://doi.org/10.53855/bjt.v20i2.83
Economia comportamental e políticas públicas – diagnóstico para a criação de um nudge e a adesão aos tratamentos.	2017	https://repositorio.ucp.pt/bitstream/10400.14/31337/1/jo%c3%a3o%20mo%c3%a7a%20tese%20final%20.pdf
Vidas que podem ser salvas por meio de nudges: uma análise sob o viés da economia comportamental.	2022	https://repositorio.ufc.br/bitstream/riufc/64676/1/2022_tc_c_rmparente.pdf
Nudge aplicado à higienização das mãos em um hospital privado de João Pessoa/PB.	2022	https://repositorio.ufpb.br/jspui/bitstream/123456789/19572/1/gmc22022021.pdf
Nudge socioalimentar: integração social e nutricional dos migrantes forçados durante a pandemia covid-19.	2023	http://hdl.handle.net/1843/52061
O consumo de carne à luz da economia comportamental.	2022	https://brsa.org.br/wp-content/uploads/wpcf7-submissions/7103/documento-1_enabler_2022_comid.pdf
Controle remoto ou remoto controle? a economia comportamental e a	2019	https://www.scielo.org/articulo/rpsp/2019.v43/e18/

promoção de comportamentos saudáveis.		
Vacinação compulsória no brasil: uma análise jurídico-econômica no contexto da pandemia de Covid-19	2022	https://www.cidp.pt/revistas/rjlb/2022/2/2022_02_1513_1547.pdf
Pl 3176/2019, economia comportamental e o sistema opt-out: uma nova chance para incentivar a doação de órgãos no brasil?	2021	https://doi.org/10.30749/2177-8337.v24n50p29-46
Aplicabilidade da economia comportamental nas políticas públicas de doação de órgãos no Brasil.	2019	https://repositorio.ucs.br/11338/6064
A rotulagem de alimentos e a proteção do consumidor: uma abordagem a partir do paternalismo libertário.	2022	http://www.monografias.ufof.br/handle/35400000/3938