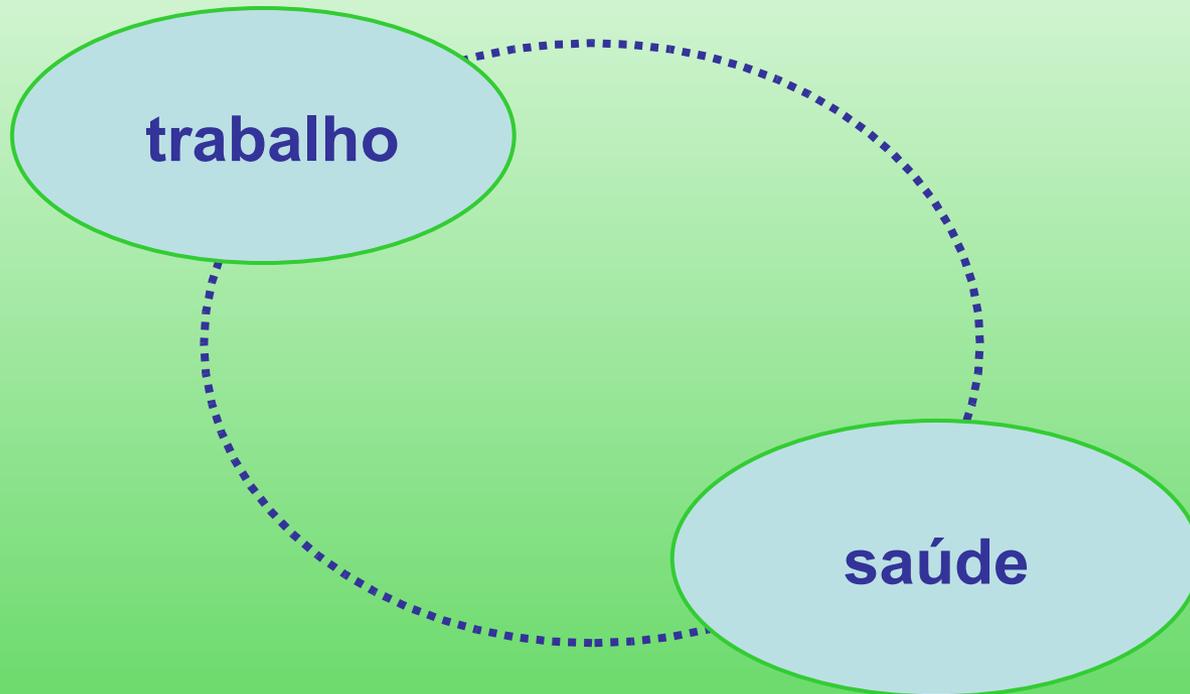


# **I Encontro Nacional de Atenção à Saúde do Servidor**

**Palestra Temática:  
Saúde mental e trabalho – teoria e prática  
Outubro/2008**

**Universidade Federal de Uberlândia  
Gestão de Pessoas: Pró-reitoria de Recursos Humanos  
Diretoria de Qualidade de Vida e Saúde do Servidor**

# Dimensões chave das vidas humanas



## Trabalho

O trabalho é, concretamente, o núcleo estruturador da vida social dos indivíduos nas sociedades contemporâneas

- Principal valor dos tempos modernos

# **Necessidades de saúde de indivíduos ou grupos**

- **Boas condições de vida, viver em processos sociais de inclusão**
- **Ser alguém singular com direito a diferenças, ser sujeito de direito e cidadão, ser igual, ser nominal, ser respeitado por suas necessidades “especiais”, ser incluído**
- **Garantia de acesso a todas as tecnologias que melhoram e prolongam a vida, consumir serviços de saúde que possam impactar e qualificar seu modo de andar na vida**

# **Necessidades de saúde de indivíduos ou grupos**

- **Ser acolhido e ter vínculo com um profissional ou equipe, sujeitos em relação**
- **Autonomia e Autocuidado (construção do sujeito): ser tratado como sujeito do saber e do fazer, em produção, que irá a cada momento "operar" seu próprio modo de andar na vida**

# **distúrbios psíquicos relacionados ao trabalho**

- alta prevalência entre a população trabalhadora,
- freqüentemente deixam de ser reconhecidos como tais
- complexidade inerente à tarefa de definir-se claramente a associação entre tais distúrbios e o trabalho

# modelos de explicação das relações entre saúde mental e trabalho

- a psicopatologia do trabalho – denominada psicodinâmica do trabalho a partir dos estudos efetuados por Dejours
  - conceitua organização do trabalho como a divisão das tarefas e a divisão dos homens.
  - constante movimento
- estudos que tratam da relação entre estresse e trabalho

# Conhecimentos fundamentais

- O dano se produz porque existe um risco
  - Ninguém cai de um andaime protegido
  - Nenhum trabalhador tem silicose se não trabalhar exposto a sílica
  - Ninguém chora durante o trabalho porque está satisfeito

# REFLEXÕES



# REFLEXÕES

- **CRISE PARADIGMÁTICA – MODELO CARTESIANO – EXPURGO DO SUBJETIVO E DIVISÃO CONHECIMENTO**
- **BUSCA DE NOVOS CENÁRIOS PARA PRODUÇÃO E CONSTRUÇÃO DO SABER E PRÁTICAS EMANCIPATÓRIAS**
- **TEORIA EPISTEMOLÓGICA , PARADIGMA DA COMPLEXIDADE**
- **PENSAMENTO COMPLEXO ( ordem- desordem- interação-organização) E TRANSDISCIPLINARIDADE( unidade do conhecimento)**
- **NOSSA VISÃO HABITUAL DISCIPLINAR, COORPORATIVA, UNIDIRECIONAL TENDE A DEFORMAR A NOSSA VISÃO DE MUNDO**
- ***SETOR SAÚDE – FRONTEIRAS IMPRECISAS***

# Elementos para discussão

## As questões que nos orientam

- os problemas de saúde são vagos e inespecíficos
- os transtornos psíquicos e o esgotamento podem ser atribuídos aos fatores psicossociais do trabalho
- os danos à saúde aparecem a longo prazo depois de longo tempo de exposição
- **Gestão de pessoas:**
  - Sujeitos de direito/pertencimento
  - Perenidade do cargo publico/mobilidade
  - Comunicação/ ligação



# **Diretoria de Qualidade de Vida e Saúde do Servidor**

 UNIVERSIDADE FEDERAL DE UBERLÂNDIA

**WORLDWIDE**

**gestão participativa**

**poder do conhecimento**

**aprendizagem ativa**

**liderança compartilhada**

**valorização ética**

**responsabilidade social**

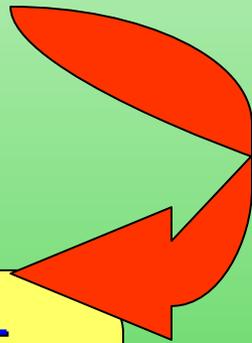
# **PRÓ-REITORIA DE RECURSOS HUMANOS**

**PRÓ-REITORIA DE RECURSOS HUMANOS**

**DIRETORIA DE ADMISSÃO  
E  
DESENVOLVIMENTO DE  
PESSOAS**

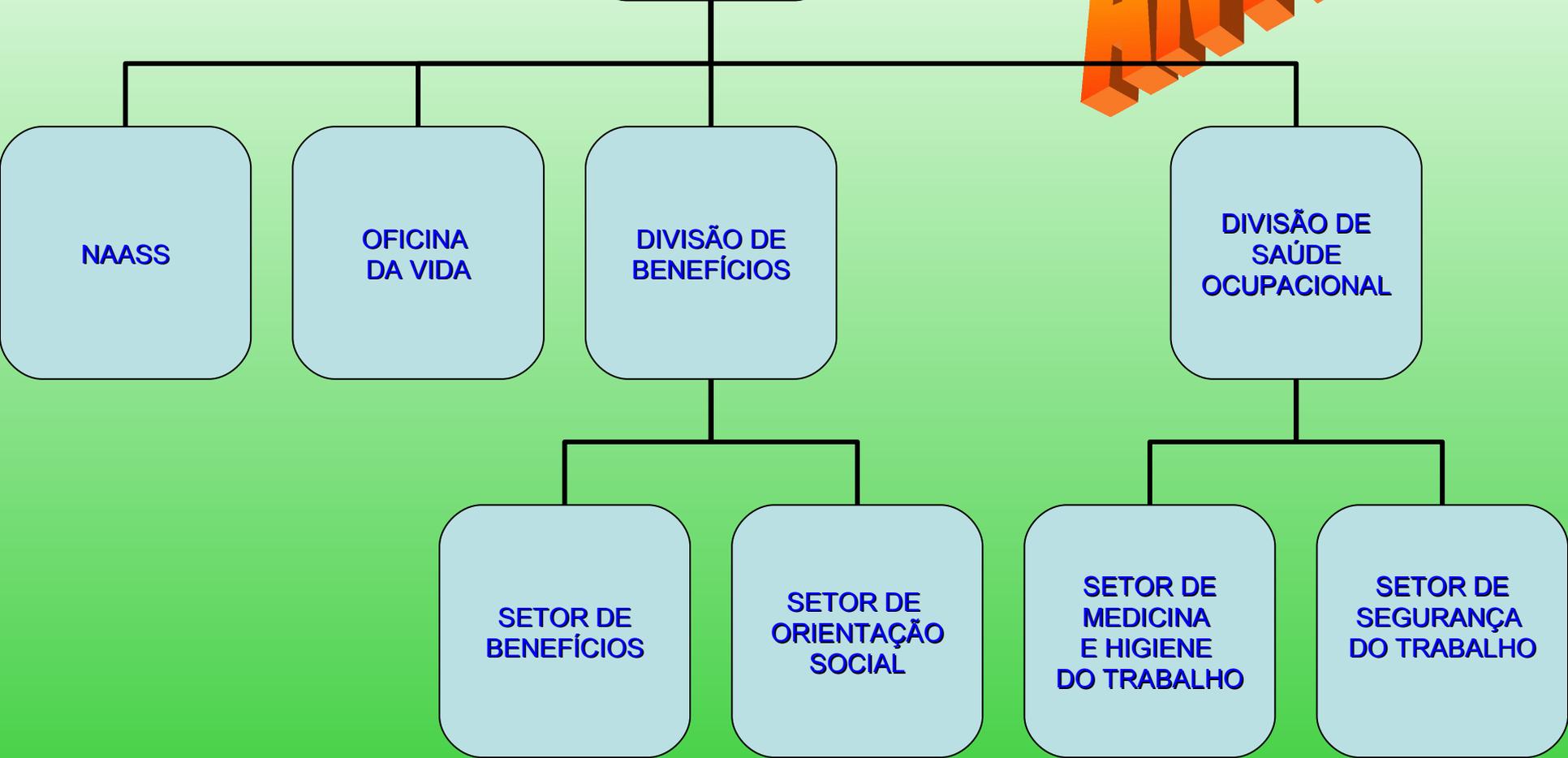
**DIRETORIA  
DE GESTÃO  
DE PESSOAS**

**DIRETORIA DE  
QUALIDADE DE  
VIDA E  
SAÚDE DO  
SERVIDOR**



DIRETORIA DE  
ADMINISTRAÇÃO  
DE PROGRAMAS  
SOCIAIS

**ANTES**



NAASS

OFICINA  
DA VIDA

DIVISÃO DE  
BENEFÍCIOS

DIVISÃO DE  
SAÚDE  
OCUPACIONAL

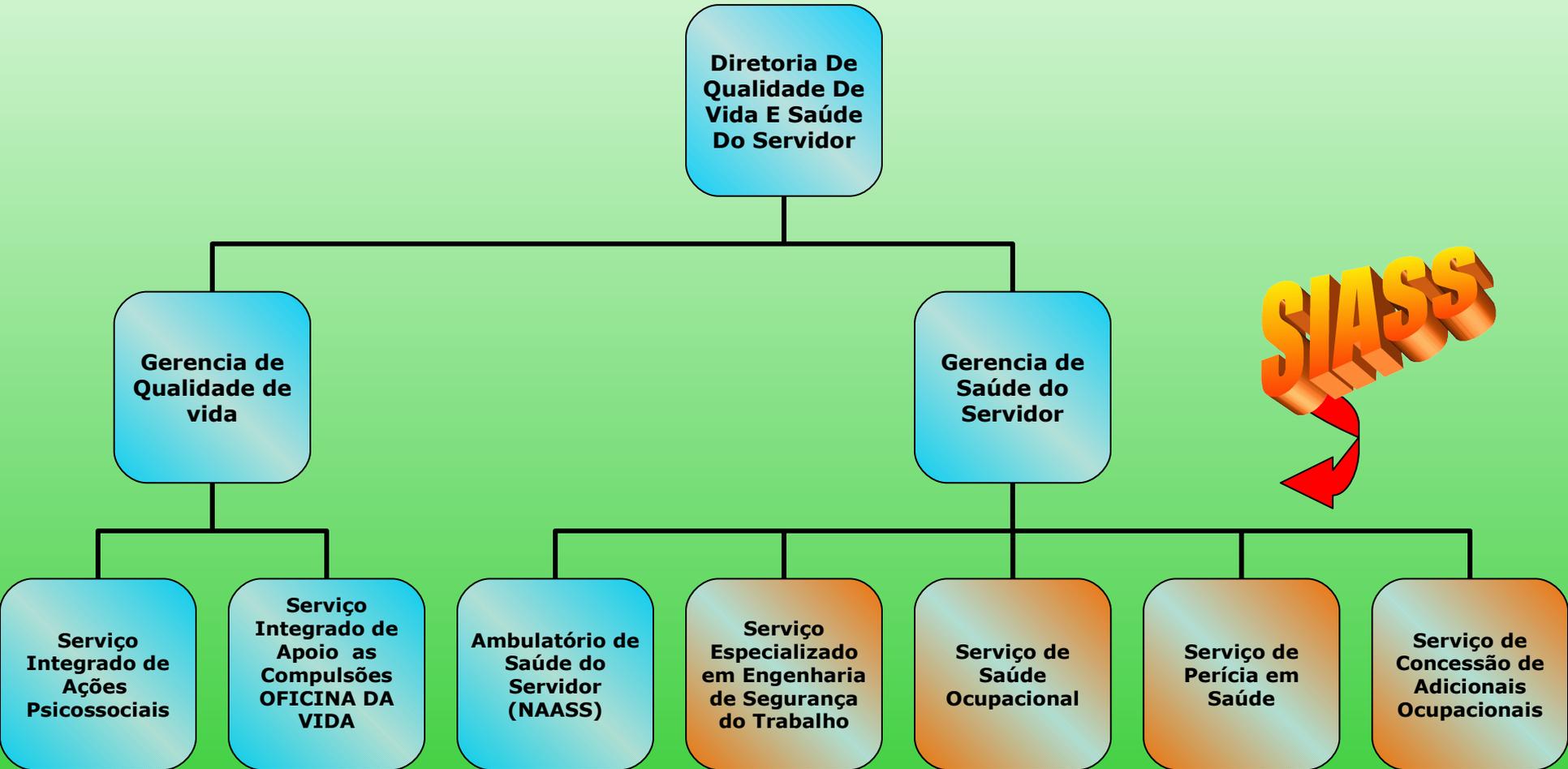
SETOR DE  
BENEFÍCIOS

SETOR DE  
ORIENTAÇÃO  
SOCIAL

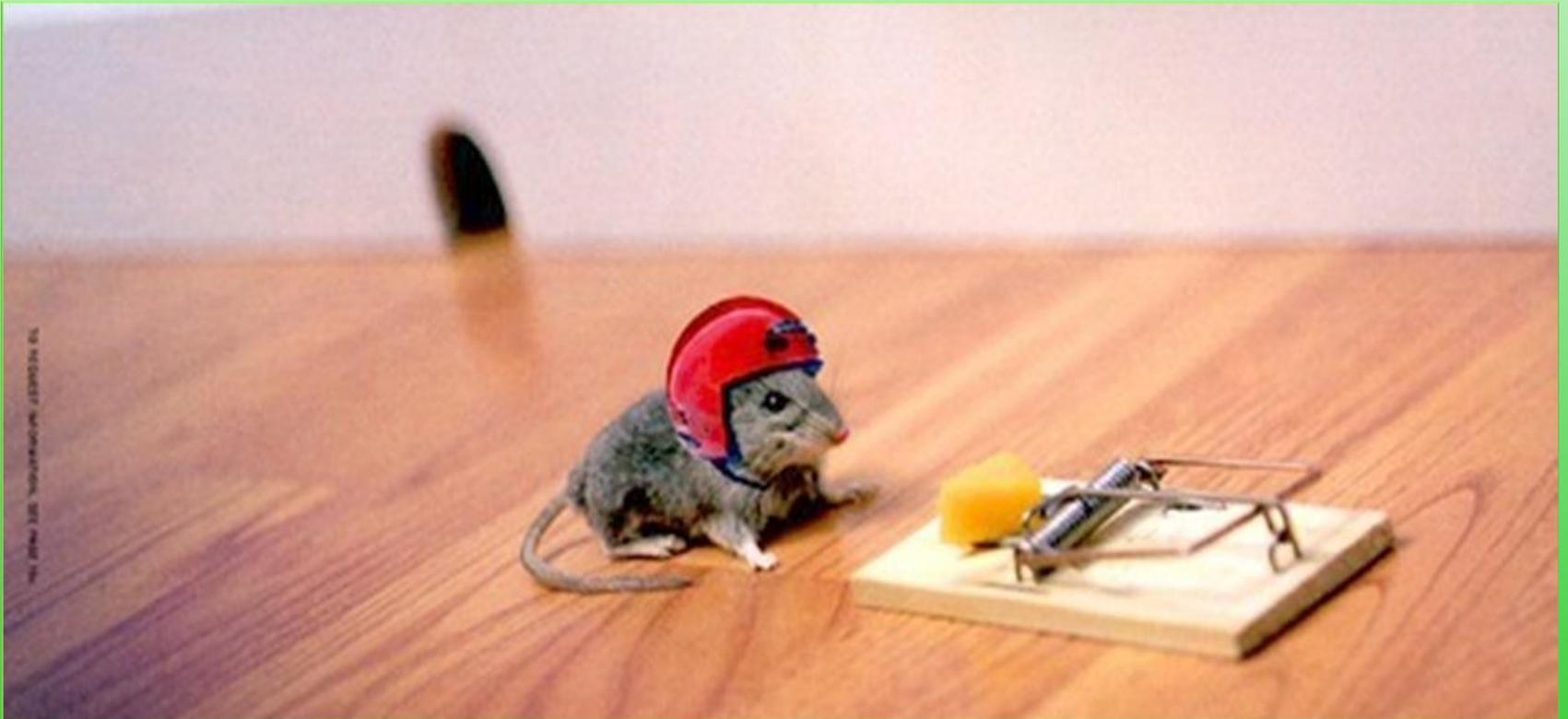
SETOR DE  
MEDICINA  
E HIGIENE  
DO TRABALHO

SETOR DE  
SEGURANÇA  
DO TRABALHO

# DIRQS



# DIRQS - DESAFIOS



# DIRQS- DESAFIOS

- **Nossa proposta**
  - **Visão de Saúde Pública - SUS**
  - **Traçar o caminho andando-  
problematização**
  - **Arquitetar um movimento para tornar  
visível o que é invisível**



# DIRQS- DESAFIOS

## MUDAR O CONTEXTO DO TRABALHO

- **CARÁTER MULTIPROFISSIONAL E INTERDISCIPLINAR**
- **REORGANIZAÇÃO DO PROCESSO DE TRABALHO, DESLOCANDO-SE DO EIXO CENTRAL DO MÉDICO PARA UMA EQUIPE MULTIPROFISSIONAL – A EQUIPE DE ACOLHIMENTO – A QUAL SE ENCARREGA DA ESCUTA DO USUÁRIO, COMPROMETIDA COM O SEU PROBLEMA E SAÚDE;**
- **COMPLEXIDADE DOS VÍNCULOS AFETIVOS HUMANOS**

# DIRQS- DESAFIOS

## MUDAR O CONTEXTO DO TRABALHO

- **QUALIFICAÇÃO DA RELAÇÃO TRABALHADOR-USUÁRIO BASEADA EM PARÂMETROS HUMANITÁRIOS DE SOLIDARIEDADE E CIDADANIA".**
- **NECESSIDADE DE " UM PROCESSO DE TRABALHO NA DIRQS QUE SEJA USUÁRIO-CENTRADO"( PODER POR SUAS RAZÕES EM JOGO).**
- **RESPONSABILIZAÇÃO E COMPARTILHAMENTO DOS SABERES ENTRE USUÁRIOS E TRABALHADORES**
- **VALORIZAÇÃO DOS FATORES DE COMPETÊNCIA E PROTEÇÃO DOS SUJEITOS E MENOR FOCO NOS PROBLEMAS**

# **MUDAR O CONTEXTO DO TRABALHO**

- **HOMENS E MULHERES: CONSTRUÇÃO IDENTITÁRIA DIFERENTE, LEVAR EM CONTA AS DIFERENÇAS**
- **O DESENVOLVIMENTO DE HABILIDADES EMOCIONAIS PODE SER ENSINADO**
- **NECESSIDADE DE AMPLIAR A QUALIFICAÇÃO DOS TRABALHADORES EM SAÚDE, TANTO NA DIMENSÃO TEÓRICA, TÉCNICA QUANDO NA DIMENSÃO ÉTICO-POLÍTICA, COMUNICACIONAL E DE INTER-RELAÇÕES PESSOAIS.**

# DIRQS- DESAFIOS

**MUDAR O CONTEXTO DO TRABALHO**

**GESTOR**

**USUÁRIOS**

**TRABALHADOR**



**Gestão participativa**  
**Mecanismos organizacionais**  
**Publicizar**

**Necessidades**

**Ato de cuidar**  
**Trabalho vivo em ato**

# DIRQS- DESAFIOS

**MUDAR O CONTEXTO DO TRABALHO**

## PREVENÇÃO

PRÉ-CLÍNICA

CLÍNICA

- UNIVERSAL
- SELETIVA
- INDICADA

## TRANSIÇÃO DE CUIDADOS

## PROMOÇÃO

- *CONSTRUIR FOCO*
- *LIMITAÇÃO DO SERVIÇO*

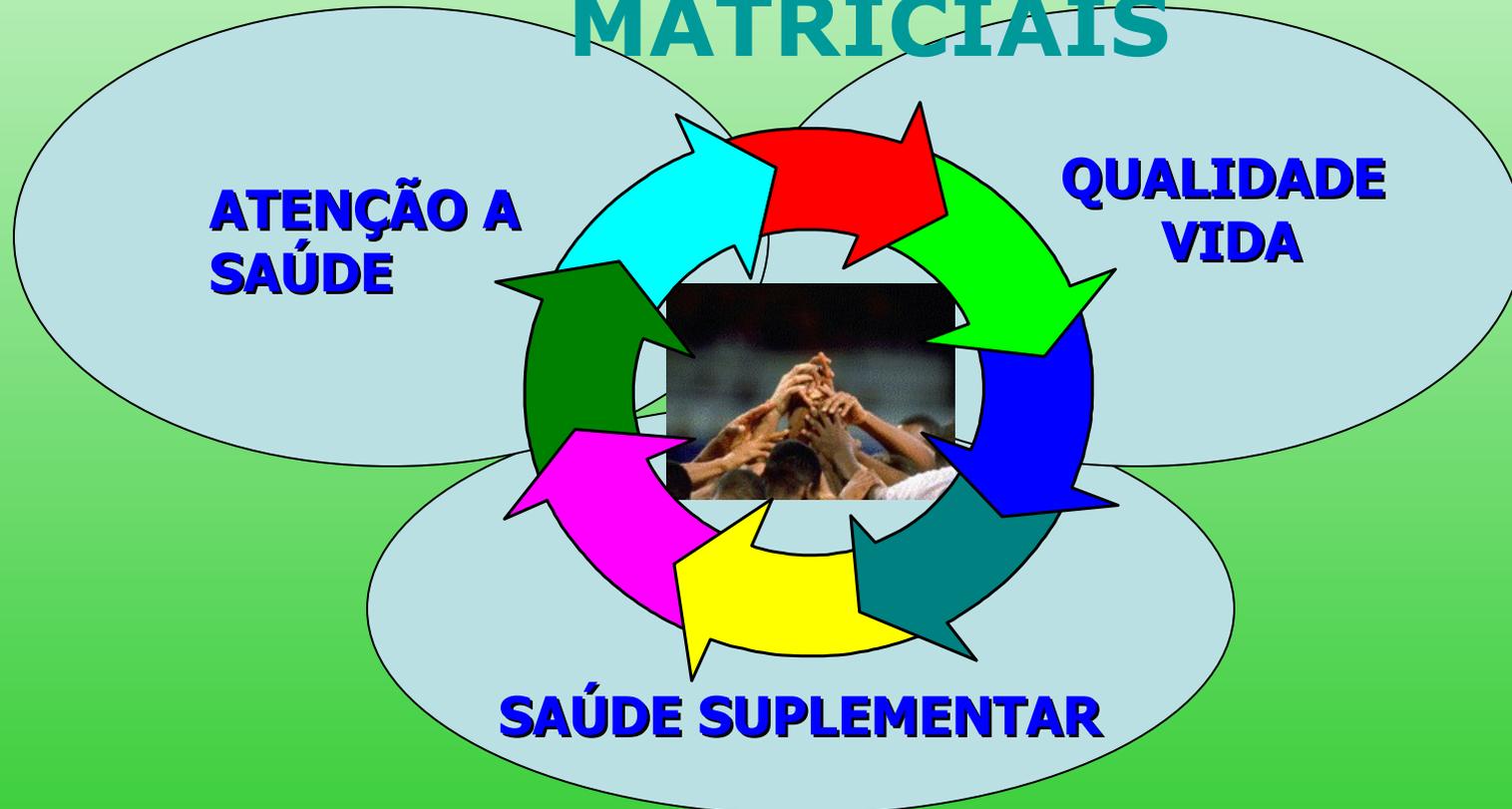
- *Acolher*
- *Compreender e dar significado*
- *Vincular e se Responsabilizar*
- *Intervir*
- *Resolver*

**REDE DE CUIDADOS**

# DIRQS- DESAFIOS

**MUDAR O CONTEXTO DO TRABALHO**

## CONSTRUIR AÇÕES INTEGRADAS E MATRICIAIS



# Gerência de Qualidade de Vida



# Saúde mental e trabalho - teoria e prática

- 
- 1. Atendimento Individual:** Plantão Psicossocial  
Psicoterapia – Terapia Curta duração  
Atendimento do Serviço Social  
Práticas complementares: REIKI
  - 2. Atendimento em grupo:** Psicoterapia  
Grupos Temáticos (Auto-Estima; Estresse)  
Terapia de Casal/Família  
Práticas complementares: Unibiótica e TAI CHI  
  
CHUAN
  - 3. Programas:** UFU Ativa  
Preparação para Aposentadoria: Reconstrução de um viver  
Educação para Gestão das Finanças Pessoais/Familiares  
Hipertensão Arterial Sistêmica, Diabetes e Dislipidemia  
Dependência Química  
Acompanhamento no Processo Saúde - Doença dos Trabalhadores em Licença.

# Saúde mental e trabalho - teoria e prática

## Plantão Psicossocial

É um tipo de intervenção psicológica que acolhe a pessoa no exato momento de sua necessidade, ajudando-a a lidar melhor com seus recursos e limites, na medida em que o plantonista se coloca disponível a acolher a experiência do cliente em determinada situação, ao invés de focar o seu problema..

A expressão plantão está associada a certo tipo de serviço, exercido por profissionais que se mantêm a disposição de quaisquer pessoas que deles necessitarem, em períodos de tempo previamente determinados e ininterruptos.

Mahfoud (1987)

## Funções básicas do Plantão

Raquel Rosenberg

5. Terapêutica – enquanto propiciador de “insight”;
7. Preventiva – na medida em que possa evitar a cronicidade de uma dificuldade circunstancial;
9. Preparatória – enquanto sensibilização no caso de tratamentos posteriores.

## Limites do serviço de Plantão

- casos de pacientes em surto psicótico;
- em quadros severos de ansiedade e depressão;
- pessoas com seqüelas de doenças graves, cujas lesões não permitam o fluxo da fala, do raciocínio, criatividade, que são capacidades básicas para a realização do atendimento.

# Saúde mental e trabalho - teoria e prática

## Programa UFU Ativa



# Saúde mental e trabalho - teoria e prática

## Programa UFU Ativa

**Visa proporcionar aos servidores da instituição uma melhoria na saúde e qualidade de vida, por meio da prática de atividades físicas supervisionadas e orientadas; discussões de temas relevantes para o nosso dia-a-dia e dinâmicas de grupo para ampliar o auto-conhecimento. Essas atividades regulares desempenham papéis importantíssimos nos contextos social e de saúde pública, tornando-se ferramentas indispensáveis, medidas não farmacológicas tanto na prevenção, como no tratamento e acompanhamento de diversas patologias associadas ao sedentarismo e estilo de vida.**

# Saúde mental e trabalho – teoria e prática

## Programa Preparação para Aposentadoria: Re - construção de um viver

- ✓ Programa de intervenção multidisciplinar;
- ✓ Dirigido aos servidores em processo de se aposentar (até 2 anos antes) e aos aposentados;
- ✓ Reflexão acerca dos projetos de vida, possibilitando o desenvolvimento das potencialidades para além do mundo do trabalho;

# Saúde mental e trabalho - teoria e prática

## Programa Preparação para Aposentadoria: Re - construção de um viver

- ✓ A primeira fase do Programa foi institucionalizada via Curso de Capacitação: 64 horas – “Construção de um projeto de vida”.
- ✓ Temas abordados: Aplicação de escala de auto - responsabilidade; Auto – conhecimento; Significado do Trabalho; Vínculos Familiares; Dicas de Saúde; Orientação nutricional; Gestão das finanças pessoais/familiares; Laços e Redes Sociais; Atividades Físicas; dentre outros.
- ✓ Para os aposentados: atividades de convivência; grupos terapêuticos e oficinas diversas: dança; pintura; hortaliças; etc..

# Saúde mental e trabalho - teoria e prática

## Programa Educação para Gestão das Finanças Pessoais/Familiares



- Visa possibilitar ao servidor/família por meio de processo educativo, novos conhecimentos e ferramentas práticas para a auto-gestão responsável das finanças de sua família, promovendo assim o aumento de seu bem-estar e qualidade de vida.

# Saúde mental e trabalho - teoria e prática

## Programa Educação para Gestão das Finanças Pessoais/Familiares

- É apresentado modelo de uma cartilha, que pretende contribuir para que o servidor tenha melhores condições de administrar seu dinheiro, fazer negócios e comprar com mais segurança e informação, contribuindo para uma vida mais saudável.



# Saúde mental e trabalho - teoria e prática

## Programa de Hipertensão Arterial Sistêmica, Diabetes e Dislipidemia

Etapas: Prevenção  
Tratamento  
Manutenção

### 1. Prevenção:

Campanhas educativas;  
Palestras mensais com temas diversos e palestrantes convidados;  
Visitas técnicas nas áreas (equipe de vigilância em saúde).



# Saúde mental e trabalho - teoria e prática

## Programa de Hipertensão Arterial Sistêmica, Diabetes e Dislipidemia

### 2. Tratamento:

- **Adesão** – espontânea ou por encaminhamento dos serviços de saúde da própria diretoria, do HC/UFU e outros.
  
- **2.1 - Atividade grupal**
  - Grupos: hipertensão arterial sistêmica e dislipidemia; diabetes e dislipidemia; hipertensão arterial sistêmica; diabetes e dislipidemia.)
  - Periodicidade: semanal; carga horária: 02 (duas) horas/ encontro; número de participantes: 20 pessoas
  - Número de encontros: 11 (onze): Temas abordados: Auto- conhecimento: 04 encontros; Cuidados com a saúde: 01 encontro; Orientação quanto aos cuidados da enfermagem: 01 encontro; Prática de esportes e atividades físicas: 03 encontros; Nutrição: 01 encontro
  - Após a realização das atividades do grupo, com uma periodicidade quinzenal, os participantes serão avaliados pela Enfermagem, onde serão controlados a pressão arterial e os níveis glicêmicos e registrados em cartilha própria.

# Saúde mental e trabalho - teoria e prática

## Programa de Hipertensão Arterial Sistêmica, Diabetes e Dislipidemia

### ➤ 2.2 – Grupo Terapêutico

- **Participantes:** todos os integrantes da Atividade Grupal, exceto aquele que necessitar de acompanhamento psicológico individual ou que se recusar a participar.
- **Tempo de duração:** 06 meses, podendo ser estendido de acordo com as necessidades do grupo e avaliação da equipe.
- **Periodicidade:** quinzenal
- **Número de participantes:** 20/grupo
- **Profissional responsável:** Psicólogo. Os outros profissionais participarão de acordo com as necessidades do grupo.

# Saúde mental e trabalho - teoria e prática

## Programa de Hipertensão Arterial Sistêmica, Diabetes e Dislipidemia

### 3 - Manutenção

- **Participantes: integrantes da Fase II**
- **Modalidade: Grupo Aberto**
- **Nesta fase as atividades serão construídas em conjunto com os participantes, onde poderão ser oferecidas oficinas (por exemplo: de dança, arte cênica); grupos recreativos; grupos de convivência, dentre outros.**
- **Para a realização deste trabalho deverá haver o envolvimento de toda a UFU e Fundações, principalmente da área acadêmica no tocante a projetos de extensão.**
- **Será incentivado aos participantes do G - 3 atuarem como multiplicadores do Programa.**

# Saúde mental e trabalho - teoria e prática

## Programa de Dependência Química

*Programa de atenção ao portador de Dependência que tem arcabouço coletivo e contempla as diferenças individuais. Concebe o indivíduo como pessoa com importante papel na família, nas relações sociais e de trabalho. Neste sentido, é desenvolvido ações com a pessoa, familiares e chefias.*

**SEACS – Setor de Atenção as Compulsões**

**Oficina  
da  
ida**



# Saúde mental e trabalho - teoria e prática

## Programa de Dependência Química

**Objetivo:** Oferecer recursos que possibilitem a pessoa o resgate da sua inteireza, relacionada com a saúde física, mental, social, capacidade profissional e melhoria da qualidade de vida.



# Saúde mental e trabalho - teoria e prática

## Programa de Dependência Química

### **Metodologia**

*Acreditamos que o caminho que leva à recuperação passa pela abstinência, e para que essa premissa funcione, são estabelecidos princípios e estratégias de enfrentamento, bem como são desenvolvidas habilidades para lidar com as situações de alto risco e mudança do estilo de vida, levando-se em consideração as diferenças individuais.*



# Saúde mental e trabalho - teoria e prática

## Programa de Dependência Química

### Atividades:

- **Triagem**
- **Acolhimento**
- **Treinamento de Habilidades**
- **Grupo de Preparação para Alta**
- **Oficinas Terapêuticas**
- **Ambulatório Familiar**
- **Grupo Motivacional**
- **Ambulatório Tabagismo**
- **Intervenções Setoriais**
- **Intervenções Comunitárias**
- **Curso de Capacitação de Agentes Multiplicadores**



# Saúde mental e trabalho - teoria e prática

## Programa de Dependência Química



Todos nós buscamos a liberdade.... A liberdade de ser.

Cada um a o seu modo. Outros do modo do outro, outros sem modo nenhum...é como se a liberdade fosse um castigo e não um caminho, uma possibilidade.



# Saúde mental e trabalho - teoria e prática

## Programa de Acompanhamento no Processo Saúde – Doença dos Trabalhadores em Licença (em reestruturação)

- Criação de um espaço onde o trabalhador possa realizar seu tratamento em diversos dias da semana;
- Trabalho interdisciplinar com as equipe de Vigilância e Perícia em saúde;
- Ampliação do tratamento medicamentoso;
- Criação de ambulatório familiar;
- Diversidade de ações: grupos de convivência; oficinas terapêuticas; psicoterapias individual e de grupo; práticas complementares a saúde; atividade física; dentre outros;
- Viabilização do tratamento a partir da disponibilidade do passe do transporte coletivo.

*A grande descoberta  
deste século para as  
Ciências Humanas  
é a descoberta terapêutica  
da escuta,  
Não há melhor  
atendimento que alguém  
possa nos prestar  
do que servir-nos  
de ouvido  
para as falas baixas  
e quase imperceptíveis  
de nossa existência.*

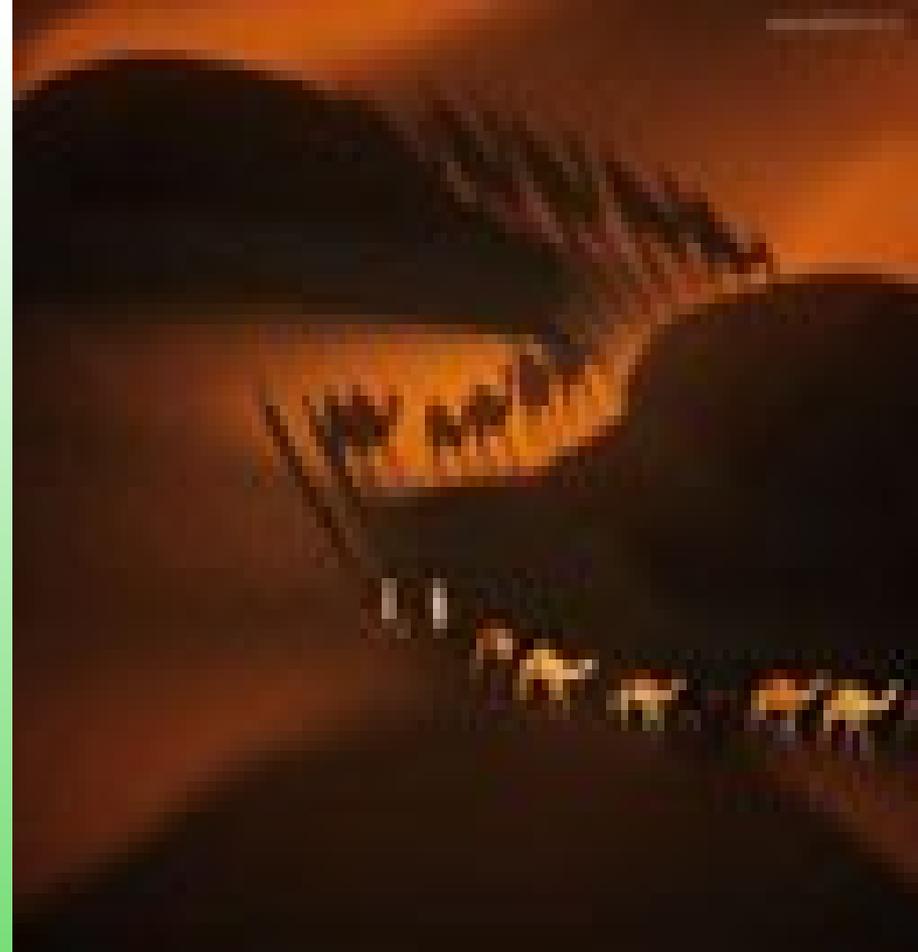
*Nilton Bonder*

**Obrigada!**

[gilcastarling@diras.ufu.br](mailto:gilcastarling@diras.ufu.br)

[cidacarrijo@diras.ufu.br](mailto:cidacarrijo@diras.ufu.br)

Universidade Federal de Uberlândia/PROREH/DIRQS/2008



# Seminário Nacional de Saúde Mental e Trabalho

28 e 29 de novembro de 2008

Objetivos

Programação

Comissão / Realização

Apoio

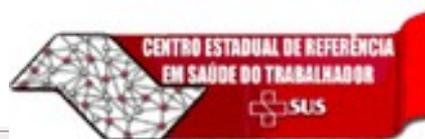
Localização

Informações

Inscrições

Serviço de Eventos da Fundacentro  
Tel: 11-3066-6323 ou 11-3066-6132  
E-mail: sev@fundacentro.gov.br

[Download de Folheto](#)



**NÃO SEI...  
Não sei... se a vida é curta...  
Não sei...  
Não sei...  
se a vida é curta  
ou longa demais para nós.  
Mas sei que nada do que vivemos  
tem sentido,  
se não tocarmos o coração das pessoas.  
Muitas vezes basta ser:  
colo que acolhe,  
braço que envolve,  
palavra que conforta,  
silêncio que respeita,  
alegria que contagia,  
lágrima que corre,  
olhar que sacia,  
amor que promove.  
E isso não é coisa de outro mundo:  
é o que dá sentido à vida.  
É o que faz com que ela  
não seja nem curta,  
nem longa demais,  
mas que seja intensa,  
verdadeira e pura...  
enquanto durar.  
Autora: Cora Coralina**

**Pulsando...**

**Solidariedade...**

**Amor...**

**Alegria...**