

ETAPAS PARA A CONSTRUÇÃO DE UM PROGRAMA DE SAÚDE MENTAL NO TRABALHO: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Kelly Karina Fiomari¹; Marli Aparecida Reis Coimbra²; Wellington Douglas De Andrade³; Ana Regina Dias Leocádio⁴; Suiane Martins Fornaziero⁵; Sarah Sorati Dos Santos⁶; Amanda Rodrigues Coelho Moraes⁷; Tatielly Soares Neiva⁸; Bernardo Sousa Fernandes⁹; Andrezza Bernardes De Oliveira¹⁰; Luana Gonçalves De Vito¹¹; Bruno Batista Rabelo De Almeida¹².

DOI: 10.47094/ICOLUBRAPECI.2026/RS-13

RESUMO

Introdução: O aumento progressivo de afastamentos laborais por transtornos mentais no Brasil gera impactos significativos nos âmbitos individual, organizacional e social. Assim, a Organização Mundial da Saúde (OMS) enfatiza a necessidade de investimentos na melhoria dos ambientes de trabalho e no fortalecimento dos sistemas de suporte à saúde mental, tanto no setor privado quanto nas instituições públicas. **Objetivo:** Descrever as etapas de construção e desenvolvimento de um programa de saúde mental no trabalho de servidores públicos. **Metodologia:** Trata-se de um relato de experiência sobre a construção de um Programa de Saúde Mental no Trabalho em uma Instituição Federal de Ensino Superior (IFES) localizada no sudeste do Brasil, no período de janeiro de 2022 a janeiro de 2025. A estruturação do programa ocorreu em cinco etapas: 1) Engajamento e capacitação da equipe técnica; 2) Sensibilização da alta gestão institucional; 3) Mapeamento e levantamento de dados epidemiológicos e institucionais; 4) Identificação de demandas prioritárias e elaboração de planos de trabalho e 5) Publicização oficial do programa. **Resultados:** As etapas do programa permitiram a organização de ações no campo individual e coletivo. No âmbito individual, foram previstos serviços como acolhimento psicológico pontual, psicoterapia breve, orientação a gestores sobre saúde mental ocupacional e acompanhamento de servidores afastados por adoecimento mental ou em processo de retorno ao trabalho, além do rastreio de transtornos mentais comuns durante exames periódicos. No plano coletivo, as intervenções foram estruturadas para espaços de acolhimento, escuta e psicoeducação, além de incluir workshops de primeiros socorros psicológicos, oficinas de gestão de crise, grupos de apoio para servidores ou pais de filhos neurodivergentes e rodas de conversa sobre temas em saúde mental. A divulgação do programa contou com um evento presencial e outro online, além do envio de um e-book explicativo, com os projetos e formas de participar, a todos os servidores ativos da universidade. **Conclusão:** O desenvolvimento do programa representou o potencial de contribuir para a mitigação do adoecimento mental ao estruturar intervenções organizadas, integradas, sistemáticas, a partir das demandas emergentes da instituição. No entanto, ressalta-se que a consolidação dessa iniciativa depende de processos contínuos de monitoramento e avaliação de resultados.

PALAVRAS-CHAVE: Saúde ocupacional. Promoção da saúde. Estratégias de saúde.