

# DE MÃOS DADAS COM A SAÚDE MENTAL TÉCNICO EM RECURSOS HUMANOS

**Autor(a): Elane Cristina Ferreira Gomes, Esdras Moab Lustosa Costa Falcão Ramos, Kailany Brito Santos, Marcela Caroline Silva Pereira e Nicolly Freires de Moraes**  
**Orientador(a): Prof. Helena Cibele De Souza Silva**

Palavras- Chave: Saúde mental- Treinamentos corporativos – Treinamento e desenvolvimento



## INTRODUÇÃO

O Brasil é um país com maior número de pessoas ansiosas, de acordo com a OMS, os brasileiros sofrem com algum transtorno mental, grande parte da pressão que auxilia esses problemas podem vir do ambiente de trabalho. Deste modo, a falta de saúde mental afeta na produtividade dos funcionários e clima organizacional, gerando desmotivação, rotatividade e afastamentos.

## METODOLOGIA

A situação que as empresas enfrentam atualmente, com os problemas de saúde mentais, nos empenhou a desenvolver um Treinamento e Desenvolvimento, centrado para a saúde mental dos colaboradores, já que notamos que muitas empresas questionam o motivo dos funcionários terem desenvolvido problemas de saúde mental. Esse problema pode prejudicar os funcionários, afetando a produtividade deles e no clima organizacional das empresas.

A nossa fonte de informações sobre Treinamento e Desenvolvimento, consiste em engajar as empresas para preparar os colaboradores e minimizar os problemas de saúde mental com a realização de palestras sobre o assunto e atividades para diminuir a rotina no trabalho, afim de evitar o desânimo e o cansaço dos funcionários. Também será desenvolvido um site para auxiliar as empresas sobre a saúde mental e como desenvolver um treinamento voltado para a área.

## DESENVOLVIMENTO

O desenvolvimento do trabalho foi realizado em cinco etapas:

- Para nos ajudar no desenvolvimento da solução e do tema, realizamos entrevistas com 3 psicólogos, onde fizemos 5 perguntas, para ter noção de quais métodos ajudam na prevenção de doenças psicológicas;
- Realizamos a aplicação do formulário para os trabalhadores de empresas da cidade de Monte Mor e cidades vizinhas;
- Analisamos a porcentagem de trabalhadores que trabalham atualmente de forma remota ou presencial, deste modo, procuramos saber se os mesmos sofrem com problemas de saúde mental dentro do ambiente de trabalho, se a empresa oferece apoio para os trabalhadores que sofrem com esse problema, se em algum momento de sua vida sua saúde mental foi comprometida, se isso afetou seu trabalho e se conhecem pessoas que se afastaram do trabalho por problemas de saúde mental, também perguntamos se a pandemia afetou a saúde mental dos trabalhadores;
- Realizamos um formulário para as empresas e analisamos como as empresas estão se dispondo para resolver os problemas com saúde mental e se estariam dispostas a utilizar o site que estamos desenvolvendo que tem o intuito de ajudar as organizações que tenham colaboradores com problemas de saúde mental;
- Criação de um site, onde será um espaço para tirar as possíveis dúvidas que uma gestão poderia ter, para planejar um treinamento e desenvolvimento voltado para a motivação dos colaboradores e para melhor qualidade de vida no trabalho.

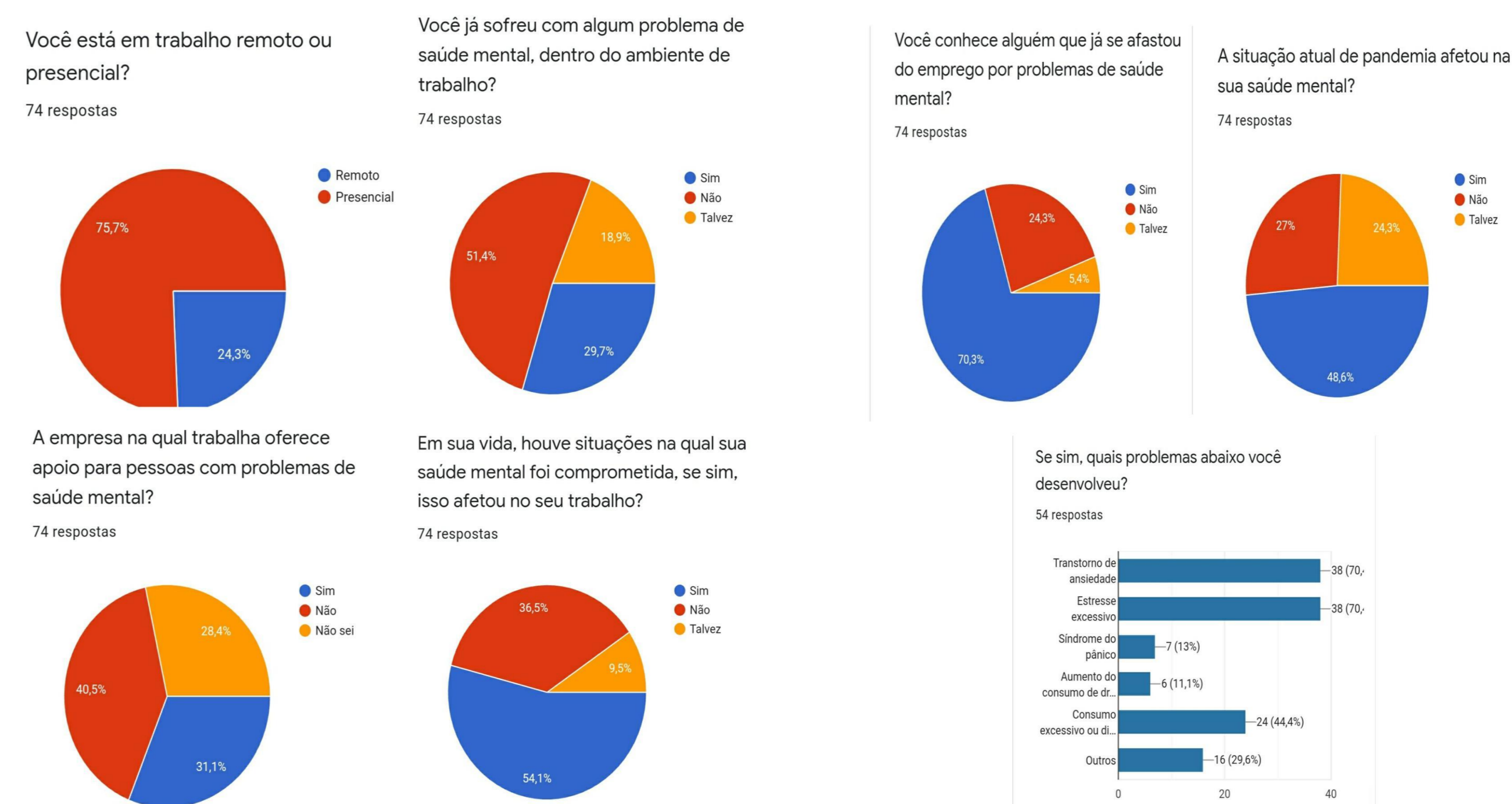


Imagem I e II - Gráficos dos colaboradores



Imagem III - Gráficos das empresas



## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante dos resultados, analisamos as respostas dos formulários, muitos trabalhadores sofrem com problemas de saúde mental ou já tiveram momentos em sua vida em que sua saúde mental foi comprometida, observamos também que boa parte dos trabalhadores conhecem alguém que já se afastou do trabalho por conta de transtornos mentais, e também analisamos que nos dados das empresas a maioria oferece apoio, mas possivelmente podem não estar claras para os trabalhadores. Deste modo, o site auxiliará as empresas na divulgação do assunto e dará apoio aos seus colaboradores.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

<https://www.unimedriopreto.com.br/blog/o-que-e-saude-mental/>

<https://veja.abril.com.br/saude/pesquisa-indica-que-86-dos-brasileiros-tem-algum-transtorno-mental/>