

CONEXÃO E CUIDADO: SAÚDE MENTAL NA UFSB

PROJETO PILOTO – REITORIA

PROGEPE
Pró-Reitoria de Gestão
para Pessoas

Afya FACULDADE
DE CIÊNCIAS MÉDICAS
ITABUNA - BA

NAPS NÚCLEO DE
ATUALIZAÇÃO EM
PRÁTICAS DE SAÚDE

 **UFSB**
UNIVERSIDADE FEDERAL
DO SUL DA BAHIA

Equipe organizadora

COORDENAÇÃO INSTITUCIONAL

Samira Silva Santos Soares

Enfermeira. Especialista em Enfermagem e Saúde do Trabalhador. Mestre e Doutora em Enfermagem. Docente do Departamento de Ciências de Saúde da Universidade Estadual de Santa Cruz. Coordenadora de Saúde e Segurança do Trabalho - PROGEPE - UFSB.



COORDENAÇÃO ACADÊMICA – AFYA ITABUNA

Évelin Santos Oliveira

Bióloga. Especialista em Análises Clínicas. MBA em Liderança Estratégica e Comunicação. Mestre e Doutora em Imunologia. Pós-Doutora em Saúde Coletiva. Docente do ensino superior na Afya Itabuna e na Anhanguera. Coordenadora do NAPS – Núcleo de Atualização em Práticas de Saúde.



Ana Flávia Dias Paraíso

Médica pela Afya Itabuna. Medicina do Trabalho e Saúde da Família. Enfermeira SESAB. Experiência em terapia intensiva, segurança do paciente e gestão de pessoas.



Apresentação

O projeto Conexão e Cuidado: Saúde Mental na UFSB é uma iniciativa fruto da parceria entre a Universidade Federal do Sul da Bahia (UFSB), acadêmicos e docentes da AFYA - Faculdade de Ciências médicas de Itabuna, voltada à promoção do bem-estar emocional dos servidores e das servidoras da instituição. A proposta nasce da compreensão da crescente necessidade de fortalecimento dos cuidados em saúde mental no contexto institucional, considerando os desafios contemporâneos vivenciados no ambiente universitário.

Além disso, o projeto surge a partir da contribuição direta de um servidor da própria instituição, que apresentou a ideia inicial e realizou a intermediação necessária para viabilizar o diálogo entre os envolvidos, possibilitando o início da construção da proposta. Trata-se, portanto, de uma ação que integra sensibilidade institucional e iniciativa individual comprometida com o cuidado coletivo.

A proposta fundamenta-se na importância de promover ambientes de trabalho mais saudáveis, acolhedores e equilibrados, reconhecendo a saúde mental como dimensão essencial da vida profissional e do fortalecimento institucional.

OBJETIVOS

Objetivo Geral

- Promover a saúde mental dos servidores da UFSB, incentivando a escuta ativa, o autocuidado e a construção de um ambiente de trabalho mais saudável, acolhedor e equilibrado.

Objetivos Específicos

- Informar sobre saúde mental de forma acessível e prática.
- Reduzir o estigma relacionado aos transtornos mentais.
- Estimular o autocuidado e a adoção de hábitos saudáveis.
- Fortalecer redes de apoio no ambiente de trabalho.
- Orientar práticas de escuta ativa e manejo do estresse.

PÚBLICO-ALVO

Servidores técnicos-administrativos em educação, e docentes lotados na reitoria da UFSB. Poderão também participar, terceirizados(as)

JUSTIFICATIVA

A presente proposta de implementação de projeto piloto voltado à promoção e ao cuidado em saúde mental dos(as) servidores(as) da UFSB, em parceria com a Afya, fundamenta-se na crescente necessidade institucional de ações estruturadas de prevenção e cuidado no campo da saúde mental no trabalho.

Dados institucionais apontam quadros recorrentes de ansiedade, depressão e sofrimento psíquico entre servidores(as), com repercussões no desempenho laboral, no clima organizacional e nas relações de trabalho.

O cenário também tem afetado as lideranças institucionais, que se veem sobrecarregadas diante da gestão de equipes em sofrimento e da necessidade de manter a regularidade das atividades. Chefias e gestores(as) igualmente demandam suporte e espaços de orientação.

A parceria proposta ampliará as ações preventivas, educativas e de acolhimento em saúde mental, fortalecendo estratégias institucionais de cuidado e promoção do bem-estar no trabalho.

Dessa forma, o projeto piloto apresenta-se como medida estratégica e preventiva, reafirmando o compromisso da UFSB com a valorização e o cuidado integral de seus(as) servidores(as).



CRONOGRAMA

1º Encontro:

**MENTE QUE SENTE,
CORPO QUE FALA**

1º ENCONTRO – 02/09 – 9h30

Abertura e Acolhimento

Palestrante: Alessandra Borges

Título: Panorama da Saúde Mental no Brasil e suas relações com o trabalho



Breve currículo

Enfermeira

Psicanalista

Mestre em Saúde Coletiva

Especialista em Saúde Mental

Pós graduanda Curso Psicanálise Clínica Lacaniana

Docente Curso Enfermagem UESC ;

Técnica responsável do GT Saúde Mental do Núcleo

Regional de Saúde Sul itabuna / NRSSUL

Mãe de Lis e Dante.

2º Encontro:

ESCUTAR É ATUAR

2º ENCONTRO

16/09 – 14h

Palestrante:

Lindomar Coutinho da Silva

Tema central:

Comunicação, empatia e escuta ativa no ambiente de trabalho

Breve currículo:

Graduação em Filosofia, com habilitação também em Psicologia e Sociologia.

Especialização em Epistemologia genética e Educação; Educação, Bem-Estar e Felicidade; MBA em Liderança Estratégica e Comunicação; Integração da Espiritualidade na Prática Clínica.

Hipnoterapeuta. Mestrado em Educação.

Professor do Ensino Superior da Universidade Estadual de Santa Cruz, Faculdade de Ilhéus e Afya Itabuna. Clínica Persona. Na Afya Itabuna é coordenador do NUSE – Núcleo de Saúde e Espiritualidade.



3º Encontro:

**QUANDO O PESO É
INVISÍVEL**

3º ENCONTRO

23/09 – 9h

Palestrante:

Dr. Jonatas Cristian

Tema central:

Saúde mental no trabalho - burnout, ansiedade, depressão e direito ao cuidado

Breve currículo:

-Médico pela Universidade Federal do Pampa - RS;
Pós graduação em Psiquiatria e Saúde Mental -
EBRAMED; Pós graduação em Psicofarmacologia -
PUCPR; Certificação internacional em Terapias com
Cannabis Medicinal - WeCann Academy; Professor e
preceptor I de Psiquiatria - Curso de Medicina Afya
Itabuna



Palestrante :

Amanda Lessa Santos Conceição

Título: Mindfulness: A Prática da Atenção Plena -
Oficina de autocuidado

Breve currículo:

Psicóloga (CRP 03/22411), especialista em Sexualidade Humana. Atua como psicóloga clínica em consultório particular e como psicóloga educacional na AFYA Faculdade de Ciências Médicas, desenvolvendo ações voltadas à promoção da saúde mental, acolhimento e suporte aos estudantes da área da saúde.



4º Encontro:

**ENTRE O TRABALHO E
O CUIDADO:
CONSTRUINDO REDES,
CUIDANDO JUNTOS**

4º ENCONTRO

30/09 – 9h

Palestrante: Gabriel Sauer

Tema: Centro de Referência em Saúde do Trabalhador (CEREST) e Saúde Trabalhador

Breve currículo:
Psicólogo, Pós graduado em
Psicologia clínica e hospitalar e
gestão de pessoas. Atua no
serviço público desde 2013.



Oficina Colaborativa – Carta da Rede de Cuidado

Dinâmica: construção coletiva de uma “Carta da Rede de Cuidado”, registrando compromissos e práticas saudáveis a serem fortalecidas na UFSB.

Objetivo: consolidar os aprendizados, criar um documento participativo e fortalecer o senso de pertencimento e corresponsabilidade.

Encerramento

RESULTADOS ESPERADOS

- Aumento do engajamento dos servidores em práticas de cuidado pessoal.
- Sensibilização quanto aos sinais de sofrimento mental no ambiente de trabalho.
- Fortalecimento da cultura institucional de acolhimento e respeito.
- Melhoria nas relações interpessoais e no clima organizacional.
- Estabelecimento de uma rede de apoio contínua dentro do ambiente laboral
- Ampliação do conhecimento dos servidores(as) acerca dos recursos disponíveis no SUS por meio da VISAT e da RAPS

FAÇA SUA INSCRIÇÃO



Link - <https://forms.gle/iF3kdf7DBhxsJMZHA>