

GESTÃO DA SAÚDE MENTAL NO TRABALHO: um novo desafio para RH e Lideranças

A saúde mental no ambiente corporativo tornou-se um dos temas mais urgentes e estratégicos para empresas brasileiras, especialmente diante do aumento expressivo de afastamentos por transtornos mentais, da atualização da legislação trabalhista (NR-1) e da crescente pressão por ambientes de trabalho mais saudáveis, colaborativos e produtivos. O setor de Recursos Humanos ocupa papel central nesse cenário, sendo responsável pela implementação de políticas e práticas de promoção da saúde mental e bem-estar nas organizações.

DOCENTE:

- Wanda Quadra

Psicóloga organizacional, especialista em desenvolvimento humano, com extensa trajetória como profissional de Recursos Humanos. Ao longo de sua experiência, elaborou políticas de gestão de pessoas, conduziu programas de liderança, treinamentos comportamentais em larga escala, e estruturou programas de estágio e trainees contribuindo para a formação de novos talentos. Como consultora e empreendedora, atuou em projetos estratégicos de RH em empresas nacionais e multinacionais.

Acumula mais de 10 anos de experiência como Coach, conduzindo programas individuais e corporativos voltados ao desenvolvimento profissional e ao fortalecimento de habilidades de liderança.

Desde 2013 vem se dedicando ao estudo e à divulgação dos princípios da Comunicação Não Violenta (CNV) em várias organizações sociais, com o propósito de contribuir para a construção de relações humanas mais saudáveis e harmoniosas, fundamentadas na compreensão mútua, na colaboração e na confiança.

Em 2020 tornou-se colaboradora voluntária do IPPES – Instituto de Pesquisa, Prevenção e Estudos em Suicídio, conduzindo palestras e treinamentos voltados à

Saúde Mental, Autocuidado e Gestão Humanizada. Atualmente é responsável pelo projeto IPPES Empresas – Programa EmpresaQPrevine, iniciativa que promove a integração de práticas de prevenção e cuidado emocional no ambiente corporativo.

Lattes: <https://lattes.cnpq.br/4620047833415799>

OBJETIVO:

- Capacitar profissionais de RH e gestores para:
 - ✓ Identificar sinais de riscos psicossociais no ambiente corporativo;
 - ✓ Desenvolver estratégias de prevenção e promoção da saúde mental;
 - ✓ Promover ambientes de trabalho seguros e acolhedores;
 - ✓ Contribuir para o fortalecimento da marca empregadora e para uma cultura organizacional baseada em cuidado, bem-estar e produtividade sustentável.

PÚBLICO-ALVO:

- Profissionais da área de Recursos Humanos e gestores com interesse em levar práticas de saúde mental para dentro das empresas, fortalecendo políticas de bem-estar e prevenção.

CARGA HORÁRIA:

- 12 horas (4 encontros de 3 horas cada)

METODOLOGIA:

- Aulas expositivas, discussões em grupo, estudos de caso e atividades práticas.

CONTEÚDO:

- Conceitos fundamentais: saúde mental, sofrimento psíquico e riscos psicossociais;
- Principais fatores de risco no trabalho: sobrecarga, assédio, falta de reconhecimento, insegurança psicológica;
- Políticas internas de saúde mental: comunicação, benefícios e suporte psicológico;
- O impacto da liderança na saúde mental: fator de risco ou proteção;

- Competências essenciais para uma cultura de cuidado: empatia, escuta ativa, gestão humanizada;
- Saúde mental como diferencial competitivo e estratégia de retenção de talentos;
- Cultura organizacional de cuidado: práticas para manter o tema vivo no dia a dia.

Datas: Maio: 19, 21, 26 e 28

Horário: Das 19h00 às 22h00

REFERÊNCIAS:

Aguiar, C. V. N.; Silva, E. E. C.; Carvalho, B. R.; Ferreira, J. C. M.; Jesus, K. C. O. Cultura organizacional e adoecimento no trabalho: uma revisão sobre as relações entre cultura, burnout e estresse ocupacional. **Revista Psicologia**, Diversidade e Saúde, v. 6, n. 2, 2017. DOI: 10.17267/2317-3394rpds.v6i2.1157. Disponível em: <https://journals.bahiana.edu.br/index.php/psicologia/article/download/1157/890>.

Acesso em: 03 nov. 2025.

Baggio, D. K.; Sausen, J. F. C. L.; Lopes, L. F. D. Gestão humanizada e abordagens conceituais a partir de um estudo bibliométrico: contribuições para organizações e territórios. **DRd – Desenvolvimento Regional em debate**, v. 11, p. 160–181, 2021. Disponível em:

<https://www.periodicos.unc.br/index.php/drd/article/download/3747/1632>. Acesso em: 04 nov. 2025.

Chiga, A. **Manual saúde mental nas empresas**. Brasília: ANADEM – Associação Nacional de Direito Médico, 2023. Disponível em: https://anadem.org.br/wp-content/uploads/2023/03/ANADEM-MANUAL-SAUDE-MENTAL-NAS-EMPRESAS_DIGITAL-1.pdf. Acesso em: 05 nov. 2025.

Forte, D. W.; Silva, K. C. N.; Cunha, C. J. C. A.; Silva, S. M. **Comunicação da liderança**: gerando confiança, conexões e resultados no contexto organizacional. Anais do XII Congresso Internacional de Conhecimento e Inovação (ciKi), 2022. Disponível em:

<https://pdfs.semanticscholar.org/e57a/6ac180781e78fbfc8d27e4284bbbe0daf34e.pdf>. Acesso em: 03 nov. 2025.

Freire, P. A. Assédio moral e saúde mental do trabalhador. **Trabalho, Educação e Saúde**, v. 6, n. 2, 2008. DOI: 10.1590/S1981-77462008000200009. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/tes/a/GBZLRHbWZHwgvxnpqq4KgQh/?format=html>.

Acesso em: 05 nov. 2025.

Giroto, C.; Diehl, L. Saúde mental e trabalho: uma reflexão sobre a possível relação entre o diagnóstico e as situações de trabalho. **Revista Polêmica**, 2016. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/polemica/article/download/22904/16372/0>. Acesso em: 04 nov. 2025.

Instituto Philos Org. Anuário Saúde Mental nas Empresas 2025. São Paulo: Instituto Philos Org, 2025. Disponível em: <https://philosorg.com.br/anuario-saude-mental-nas-empresas-2025/>. Acesso em: 04 nov. 2025.

Ministério Público do Trabalho (Brasil). Violência e assédio moral no trabalho: perguntas e respostas. Brasília: MPT, 2025. Disponível em: <https://mpt.mp.br/pgt/noticias/final-cartilha-assedio-moral-no-trabalho-atualizada-2025-3.pdf>. Acesso em: 03 nov. 2025.

Oliveira, D. O. Assédio moral, ética e sofrimento no trabalho. *Revista Bioética*, v. 21, n. 2, 2013. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/bioet/a/PXsJn5XjTXJBSPvT4wFt8Qm/?format=html>. Acesso em: 05 nov. 2025.

Oliveira, P. T.; Ferreira, P. T.; Costa, D. H. Liderança e o impacto da saúde mental no clima organizacional. *E-Acadêmica*, v. 3, n. 2, 2022. DOI: 10.52076/eacad-v3i2.173. Disponível em: <https://www.eacademica.org/eacademica/article/view/173>. Acesso em: 05 nov. 2025.

Simões, F. I. W. A relação entre saúde mental e trabalho: um estudo de caso. *Revista (UNIESP)*, 2017. Disponível em: <https://uniesp.edu.br/sites/biblioteca/revistas/20170411123629.pdf>. Acesso em: 03 nov. 2025.

Silva, E. S. A inter-relação trabalho–saúde mental: um estudo de caso. *Revista de Administração de Empresas (RAE)*, v. 32, n. 4, p. 70–90, 1992. Disponível em: <https://periodicos.fgv.br/rae/article/download/38461/37201>. Acesso em: 03 nov. 2025.

Silva, L. A.; Sadoyama, A. S. P.; Sadoyama, G. A influência da cultura organizacional no estresse ocupacional dos docentes nas escolas públicas brasileiras. *Humanidade & Tecnologia*, v. 12, n. 2, 2024. Disponível em: https://revistas.icesp.br/index.php/FINOM_Humanidade_Tecnologia/article/viewFile/5316/pdf. Acesso em: 05 nov. 2025.

Vilas Bôas, M. F. C.; Lima, J. P. S.; Rodrigues, S. F. A influência da liderança na saúde mental dos colaboradores. *RUNA – Repositório Universitário da Ânima*, 2023. Disponível em: <https://repositorio.animaeducacao.com.br/handle/ANIMA/41354>. Acesso em: 05 nov. 2025.