



**Saúde Mental dos Trabalhadores dos Serviços de
Saúde: diretrizes para formulação de políticas
públicas em Emergências em Saúde Pública**

Síntese elaborada pela Fiocruz Brasília

2024

INTRODUÇÃO

Nos últimos anos, os trabalhadores dos serviços de saúde pública no Brasil têm vivenciado situações que exigiram intenso esforço do SUS, por ocasião da ocorrência de [Emergências em Saúde Pública \(ESP\)](#) como desastres, situações epidemiológicas e desassistência. Nestes cenários, os cuidados com a saúde mental desses profissionais são tão importantes quanto as medidas que envolvem proteção física e biológica. Deste modo, apresentamos as principais ações de preparação e resposta relacionadas aos cuidados com a saúde mental dos trabalhadores durante uma ESP.

Este texto é uma síntese do documento “Saúde Mental dos Trabalhadores dos Serviços de Saúde: diretrizes para formulação de políticas públicas em Emergências em Saúde Pública”, elaborado pela Fundação Oswaldo Cruz e pelo Ministério da Saúde, 2024. O documento na íntegra pode ser acessado no link disponível ao final.

PREPARAÇÃO DOS SERVIÇOS DE SAÚDE PARA O ENFRENTAMENTO

Durante uma ESP, faz-se necessário prever os acontecimentos que podem tanto afetar a saúde mental dos trabalhadores dos serviços de saúde como a prestação dos serviços. O ideal é que estes acontecimentos sejam evitados por meio de um conjunto de ações sistematizadas em um plano e colocadas em prática durante a resposta ao evento.

Ações recomendadas:

- Acompanhar as equipes de trabalho com métodos que permitam que o trabalhador se sinta à vontade e seguro para falar sobre seu estado psicoemocional e sua capacidade de trabalho.
- Identificar, com os cuidados éticos necessários, os trabalhadores com histórico de problemas relacionados à saúde mental.
- Detectar e monitorar o aumento de necessidades de cuidados específicos (casos de ansiedade, depressão etc.)
- Definir formas de identificar como os trabalhadores percebem os riscos e como isso afeta sua saúde mental.
- Incorporar medidas de prevenção de doenças e agravos decorrentes do evento como forma de minimizar a possibilidade de adoecimento psíquico.

- Garantir estratégias de comunicação eficientes para reduzir incertezas características de situações de crise.
- Manter direitos e condições básicas como horário de trabalho adequado, intervalo de descanso, folgas, entre outras.
- Mapear a capacidade de recursos humanos e providenciar contratações quando necessário.
- Oferecer suporte psicológico (presencial e/ou on-line) para atendê-los quando sintam necessidade.
- Promover suporte psicossocial com ações que fortaleçam o sentimento de pertencimento ao coletivo de trabalhadores.
- Assegurar serviços alimentação saudável, transporte seguro e outras formas de apoio como medida de readaptação da infraestrutura para o enfrentamento da crise.
- Estabelecer medidas de reinserção ao trabalho para os profissionais que necessitaram de afastamento (retorno assistido).

ESTRATÉGIAS POSSÍVEIS DE ATUAÇÃO

As estratégias a seguir estão organizadas em três grupos: governamentais, para gestores e equipes, e medidas com foco no indivíduo/trabalhador.

É importante ressaltar que a apropriação dessas estratégias pelo SUS depende de três principais fatores:

- Definir em qual esfera da gestão do SUS (municipal, estadual e/ou federal) a estratégia é mais apropriada.
- Identificar o setor ou serviço responsável pela estratégia (Atenção, Vigilância, entre outros).
- Conhecer as potencialidades e as dificuldades encontradas em cada território ou região para a implementação da estratégia.

Estratégias governamentais

A preocupação com a saúde mental dos trabalhadores dos serviços de saúde exige atuação integrada das três esferas governamentais de gestão do SUS. As decisões dos entes federativos, quando tomadas de forma integrada, podem reforçar os fatores protetores da saúde mental desses trabalhadores.

Formação do Centro de Operações de Emergência em Saúde (COE) e estabelecimento de condições técnicas e legais para mantê-lo ativo. Profissionais da saúde mental devem ter representatividade no COE (<https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/svsa/coes>).

Criação de diretrizes técnicas e indicadores para viabilizar o suporte psicossocial e os cuidados especializados à saúde mental dos trabalhadores dos serviços de saúde.

Fortalecimento dos sistemas de informação, envolvendo todos os aspectos sobre o evento ou as situações específicas da ESP.

Reforço das Vigilâncias em Saúde, incluindo a Vigilância em Saúde do Trabalhador, e fortalecimento da Rede de Alerta e Resposta às Emergências em Saúde Pública (Rede Cievs - <https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/svsa/cievs>)

Estabelecer cooperação nacional e internacional e acordos necessários à melhoria da resposta ao evento.

Alocação de recursos (financeiros, materiais e humanos) que assegurem condições de trabalho, ambiente e infraestrutura, que juntos promovam saúde e segurança dos trabalhadores.

Garantir que os recursos cheguem de forma rápida e suficiente, o que refletirá no cuidado com a saúde mental dos trabalhadores e na preservação da capacidade de trabalho.

Estratégias para gestores e equipes

A reestruturação dos serviços de saúde ou pequenas mudanças na rotina das equipes durante uma ESP contribuem para lidar com o aumento da demanda de trabalho. Essas estratégias podem ajudar a reduzir o esgotamento físico e mental e minimizar os efeitos do aumento da carga de trabalho, resultando na redução do risco de adoecimento mental.

Organização, revisão e ajuste da rotina com finalidade de:

- garantir folgas semanais e as pausas no expediente diário;
- acessar os serviços de apoio psicológico, quando necessário;
- identificar a necessidade de contratação de novos profissionais;
- alocar profissionais mais experientes junto aos recém-chegados ao serviço;
- compartilhar responsabilidades em momentos críticos;
- atentar para a especificidade do trabalho e dos rearranjos dos serviços prestados, conforme o cenário da ESP.

Valorização profissional (reconhecer a importância do trabalho de todos os profissionais dos serviços de saúde envolvido na resposta).

Melhorar o ambiente e as relações interpessoais e oferecer apoio institucional para contribuir na redução do estresse e do sofrimento.

Combater o estigma, a discriminação, o assédio e a violência física e/ou moral que poderá ser sofrida pelos trabalhadores.

Estabelecer liderança respeitosa e participativa por parte dos gestores.

Utilizar estratégias de comunicação objetiva e transparente para melhoria do diálogo intra e intersetorial, evitando estresse.

Estratégias com foco no indivíduo/trabalhador

As estratégias direcionadas ao indivíduo/trabalhador podem contribuir para reduzir o risco de adoecimento mental.

Oferecer cuidado e apoio psicossocial com ações ancoradas em diretrizes políticas e especificidades de cada território.

Incentivar ações de autocuidado como, por exemplo, prática de atividade física, bons hábitos alimentares, cuidado com o sono.

Utilizar protocolos de segurança, que potencialmente podem reduzir agravos à saúde mental.

Realizar intervenções específicas de cuidados com a saúde mental no trabalho, com prioridade a grupos considerados vulneráveis.

Fazer uso de recursos psicoemocionais para o enfrentamento, como estratégia que pode ser adotada pelo trabalhador quando submetido a pressões que ultrapassem a sua capacidade cotidiana de resolução.

Os trabalhadores devem ser estimulados e capacitados a acessarem os seus próprios recursos psicoemocionais, mas isso não isenta a responsabilidade governamental de prestar suporte necessário, entre outros, o gerencial, o material e o psicoemocional, para a manutenção da saúde dos envolvidos. Esse suporte deve acontecer em todos os momentos da ESP.

GESTÃO DE RISCO PARA FUTURAS ESP

Os cuidados com a saúde mental dos trabalhadores dos serviços de saúde e o monitoramento dos casos de adoecimento mental identificados durante a gestão da ESP devem ser acompanhados mesmo após decretado o fim da ESP, pois muitos sintomas surgem após o término do evento.

O Quadro 1 apresenta uma síntese das principais estratégias para cada fase de gestão de risco de ESP, sem a pretensão de esgotar neste documento toda a atuação necessária para uma gestão de qualidade.

Por fim, é preciso compreender o processo de gestão como um ciclo, com ações de caráter contínuo e permanente, que devem ser reavaliadas a cada atuação e ajustadas quando necessário.

Quadro 1. Estratégias possíveis de atuação de acordo com as fases da Gestão de Risco em uma ESP

GESTÃO DE RISCOS EM EMERGÊNCIAS EM SAÚDE PÚBLICA		
ANTES	Prevenção	Formulação de políticas públicas destinadas aos cuidados à saúde mental dos trabalhadores dos serviços de saúde Reforço na vigilância em saúde do trabalhador Melhoria das condições de trabalho Garantia de infraestrutura adequada à resposta Alocação de recursos para pesquisa em saúde mental dos trabalhadores em ESP Incentivo à formação, capacitação e treinamentos Programas de biossegurança
	Mitigação	Criação de ambientes de trabalho acolhedores e seguros Manutenção de boas relações interpessoais Combate ao estigma e da discriminação Adoção de medidas para proteção aos trabalhadores frente violência física e moral no contexto do trabalho Valorização Profissional
	Preparação	Formação e fortalecimento de comitês de prevenção e controle Melhoria da infraestrutura dos serviços para aumento das demandas Levantamento, alocação e garantia de todos os recursos necessários Definição de procedimentos para compras e contratações em caráter emergencial Condições e ambiente de trabalho adequados Organização dos processos de trabalho para atender à ESP Formação, capacitação e treinamentos Elaboração de planos de comunicação e disseminação da informação Programas preventivos para saúde mental dos trabalhadores

DURANTE	Resposta	Revisão dos processos de trabalho Ajuste nas rotinas de trabalho Comunicação transparente, precisa e oportuna Disseminação de informações atualizadas sobre a ESP Campanhas na mídia e outras formas de comunicação Espaços de escuta e compartilhamento para os trabalhadores Medidas de segurança do trabalhador (exemplo: fornecimento e uso correto de EPI e EPC) Monitoramento de risco do ambiente de trabalho Ações de cuidado e apoio psicossocial Autocuidado (exemplo: prática de atividade física, bons hábitos alimentares, cuidado com o sono)
DEPOIS	Recuperação	Continuidade das ações de cuidado e do apoio psicossocial Aprendizagem baseada em problemas e na experiência (lições aprendidas) Fóruns de escuta para trabalhadores e gestores Preparação de planos para futuras ESP Foco na prevenção da saúde mental dos trabalhadores da saúde Profissional de saúde com capacidade de trabalho preservada Gerenciamento de riscos futuros

REFERÊNCIA

Brasil. Ministério da Saúde. Saúde Mental dos Trabalhadores dos Serviços de Saúde: diretrizes para formulação de políticas públicas em Emergências em Saúde Pública [recurso eletrônico] / Ministério da Saúde, Fundação Oswaldo Cruz. – Brasília: Ministério da Saúde, 2024. 53 p.

Acesse o documento completo no link <https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/svsa/saude-do-trabalhador/saude-mental-dos-trabalhadores-dos-servicos-de-saude>