

UNIVERSIDADE FEDERAL DE MINAS GERAIS
FACULDADE DE MEDICINA
Curso de Especialização em Medicina de Família e Comunidade

Ludmilla Castro Pinho De Almeida

**ESTRATÉGIAS PARA PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL DOS
PROFISSIONAIS DA UBS DILSON ALMEIDA, JACUNDÁ – PA**

Belo Horizonte
2025

Ludmilla Castro Pinho De Almeida

ESTRATÉGIAS PARA PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL DOS PROFISSIONAIS DA UBS DILSON ALMEIDA, JACUNDÁ – PA

Projeto de Intervenção apresentado como, Trabalho de Conclusão de Curso, do curso de Especialização em Medicina de Família e Comunidade da Universidade Federal de Minas Gerais como requisito parcial para aquisição do título de Especialista.

Orientadora: Prof. (a) Dra. Karla Rona da Silva

Belo Horizonte
2025

UNIVERSIDADE FEDERAL DE MINAS GERAIS
FACULDADE DE MEDICINA
NESCON-NÚCLEO DE EDUCAÇÃO EM SAÚDE COLETIVA

**ATA DA AVALIAÇÃO FINAL PÚBLICA DO TRABALHO DE CONCLUSÃO DE
CURSO**

Curso: ESPECIALIZAÇÃO MEDICINA DE FAMÍLIA E COMUNIDADE - CEMFC

Candidata: LUDMILLA CASTRO PINHO DE ALMEIDA

Título do Trabalho: Estratégias para Promoção da Saúde Mental dos Profissionais da UBS Dilson Almeida, Jacundá– PA.


Comissão Examinadora:

Orientador(a): KARLA RONA DA SILVA


Banca Avaliadora: PATRICIA LOURDES SILVA

Aos 04 dias do mês de Julho de 2025, a Comissão Examinadora, aprovada pela Comissão Coordenadora do Curso de Especialização Medicina de Família e Comunidade – CEMFC, reuniu-se por videoconferência para avaliar o Trabalho de Conclusão de Curso (TCC), requisito parcial para a obtenção do **Título de Especialista em Medicina de Família e Comunidade**. O TCC foi considerado **aprovado** e o resultado final foi comunicado publicamente ao candidato(a). Esta ata está assinada por todos os membros da Comissão Examinadora.

Belo Horizonte, 04 de Julho de 2025.

Documento assinado digitalmente
 **KARLA RONA DA SILVA**
Data: 04/07/2025 10:55:44-0300
Verifique em <https://validar.itu.gov.br>

ORIENTADOR(A)

Documento assinado digitalmente
 **PATRICIA LOURDES SILVA**
Data: 04/07/2025 11:13:45-0300
Verifique em <https://validar.itu.gov.br>

BANCA AVALIADORA

RESUMO

Os profissionais da Unidade Básica de Saúde (UBS) Dilson Almeida, localizada em Jacundá-PA, vêm enfrentando significativas dificuldades emocionais decorrentes da sobrecarga de trabalho, de uma rotina intensa e da carência de suporte psicológico institucional. Essa realidade reflete uma situação comum em diversas unidades de saúde pública no Brasil, onde a pressão diária, a escassez de recursos humanos e materiais, e a alta demanda por atendimentos acabam gerando um ambiente de estresse contínuo e desgaste emocional para os trabalhadores. A ausência de políticas e ações efetivas voltadas à promoção da saúde mental desses profissionais pode ter consequências sérias, como o desenvolvimento de transtornos psicológicos, entre eles ansiedade, depressão e a síndrome de burnout. Este último, inclusive, tem sido reconhecido como um problema de saúde ocupacional relevante, caracterizado pela exaustão extrema, desmotivação e queda no rendimento profissional, além de impactos diretos nas relações interpessoais e na vida pessoal dos trabalhadores. Conforme destaca o Ministério da Saúde (2022), é fundamental que sejam promovidas estratégias institucionais que fortaleçam a saúde mental dos trabalhadores do Sistema Único de Saúde (SUS), com foco na prevenção de agravos psicológicos e na valorização do cuidado integral também para quem cuida. A criação de espaços de escuta, programas de apoio psicológico, capacitações voltadas para o autocuidado e incentivo ao trabalho em equipe são medidas que podem fazer a diferença no cotidiano dessas equipes, promovendo acolhimento, empatia e senso de pertencimento. Além disso, é essencial considerar que a qualidade da assistência prestada à população está diretamente relacionada ao bem-estar dos profissionais envolvidos. Quando os trabalhadores estão emocionalmente equilibrados, motivados e apoiados, a tendência é que o atendimento se torne mais humanizado, eficiente e centrado nas necessidades dos usuários, conforme os princípios do SUS — universalidade, integralidade e equidade. Portanto, implementar ações que favoreçam o equilíbrio emocional, o apoio mútuo entre as equipes e o reconhecimento do trabalho realizado por esses profissionais deve ser prioridade para a gestão pública. Investir na saúde mental dos trabalhadores da UBS Dilson Almeida, e de tantas outras unidades, não é apenas uma questão de bem-estar individual, mas uma estratégia fundamental para fortalecer o sistema de saúde como um todo, garantindo serviços mais qualificados, humanos e sustentáveis.

Palavras-chave: profissionais de saúde; atenção primária à saúde; unidade básica de saúde; sobrecarga de trabalho.

ABSTRACT

Professionals at the Dilson Almeida Primary Health Care Unit (Unidade Básica de Saúde – UBS), located in Jacundá, Pará, have been facing significant emotional difficulties resulting from work overload, an intense routine, and the lack of institutional psychological support. This reality reflects a situation common to many public health units in Brazil, where daily pressure, shortages of human and material resources, and high demand for care create an environment of continuous stress and emotional exhaustion for workers. The absence of effective policies and actions aimed at promoting the mental health of these professionals can lead to serious consequences, such as the development of psychological disorders, including anxiety, depression, and burnout syndrome. The latter, in particular, has been recognized as a relevant occupational health problem, characterized by extreme exhaustion, lack of motivation, and decreased professional performance, in addition to direct impacts on interpersonal relationships and personal life. As highlighted by the Ministry of Health (2022), it is essential to promote institutional strategies that strengthen the mental health of workers within the Unified Health System (Sistema Único de Saúde – SUS), focusing on the prevention of psychological disorders and on valuing comprehensive care also for those who provide care. The creation of listening spaces, psychological support programs, training focused on self-care, and encouragement of teamwork are measures that can make a difference in the daily lives of these teams, fostering welcoming environments, empathy, and a sense of belonging. Furthermore, it is essential to consider that the quality of care provided to the population is directly related to the well-being of the professionals involved. When workers are emotionally balanced, motivated, and supported, care tends to become more humanized, efficient, and centered on users' needs, in accordance with the principles of the SUS—universality, comprehensiveness, and equity. Therefore, implementing actions that promote emotional balance, mutual support among teams, and recognition of the work performed by these professionals should be a priority for public management. Investing in the mental health of workers at the Dilson Almeida UBS, and at many other units, is not only a matter of individual well-being, but a fundamental strategy to strengthen the health system as a whole, ensuring more qualified, humane, and sustainable services.

Keywords: health professional; primary health care; primary health care unit; work overload.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	6
2 JUSTIFICATIVA.....	8
3 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA	9
3.1. A Saúde Mental na Atenção Primária à Saúde	9
3.2. A Saúde Mental dos Profissionais da APS.....	10
4 OBJETIVOS.....	13
4.1 Objetivo geral	13
4.2. Objetivos Específicos.....	13
5 METODOLOGIA	14
6 RESULTADOS ESPERADOS	17
7 CONSIDERAÇÕES FINAIS	18
REFERÊNCIAS.....	19

1 INTRODUÇÃO

Os profissionais de saúde, especialmente os que atuam na Atenção Primária, enfrentam rotinas desgastantes que envolvem múltiplas demandas, sobrecarga de tarefas, escassez de recursos e inclusive ausência de suporte institucional. A Organização Mundial da Saúde evidencia que ambientes de trabalho psicologicamente inseguros podem estar diretamente relacionados ao aumento de quadros que agravam a saúde mental e à queda da produtividade e da qualidade do cuidado prestado (OMS, 2022).

Esses fatores acabam impactando significativamente o bem-estar emocional, o que contribui para o adoecimento mental desses trabalhadores da saúde, pois favorece o surgimento de transtornos como estresse, ansiedade, depressão e a Síndrome de Burnout, comprometendo não apenas a qualidade de vida destes profissionais como também o cuidado oferecido à comunidade.

Um levantamento realizado pelo Ministério da Saúde identificou que cerca de 35% dos profissionais da atenção básica relataram sintomas frequentes de estresse e exaustão mental após o segundo ano da pandemia de COVID-19, sendo que a falta de apoio institucional foi uma das principais queixas relatadas entre esses profissionais (COSTA, 2023).

Nota-se que a ausência de ações de apoio institucional agrava essa realidade, favorecendo para a desmotivação da equipe e reduzindo o potencial de efetividade nas práticas em saúde, ou seja, o problema vivenciado na UBS Dilson Almeida, em Jacundá-PA, não é isolado, mas parte de um quadro mais abrangente que exige atenção e resposta institucional. Desse modo, torna-se necessário intervir nesse cenário, criando estratégias que possibilitem o fortalecimento emocional, o suporte entre os colegas de trabalho e o cuidado contínuo para esses profissionais.

A Portaria GM/MS nº 1.999, de 17 de agosto de 2022, instituiu o Programa Nacional de Saúde Mental no SUS, que reconhece a importância de ampliar a atenção psicossocial para os profissionais de saúde, criando ambiente de trabalho com espaços de escuta, apoio psicológico institucional, atividades de autocuidado e capacitações voltadas ao manejo do estresse ocupacional (BRASIL, 2022).

Diante dessa realidade, esse Projeto de Intervenção surge com o intuito de obter resposta a esse problema observado na prática profissional, visando

implementar ações voltadas à promoção da saúde mental dos trabalhadores da UBS Dilson Almeida, com ênfase na prevenção de agravos psíquicos e na valorização dos vínculos com a instituição. Para isso, será ofertado atividades como por exemplo, rodas de conversa e escuta qualificada, além de outras ações que serão acompanhadas e avaliadas por meio de registros, conversa com a equipe e indicadores de saúde organizacional.

De acordo com as orientações do Ministério da Saúde é imprescindível desenvolver ações institucionais que promovam o cuidado dos profissionais que atuam nas unidades básicas de saúde, pois essas medidas contribuem não apenas para a saúde emocional dos trabalhadores, mas também para uma assistência mais humanizada, resolutiva e alinhada com os princípios do SUS (BRASIL, 2022).

Portanto, discutir e implementar ações que acolham e fortaleçam esses profissionais é o primeiro passo para assegurar o cuidado de qualidade à comunidade e a sustentabilidade do próprio SUS, ou seja, torna-se salutar a implementação de estratégias voltadas à promoção da saúde mental desses profissionais, com o intuito de prevenir agravos psicológicos e também promover um ambiente de trabalho mais equilibrado, acolhedor e produtivo.

2 JUSTIFICATIVA

A experiência prática como profissional de saúde pública evidenciou que muitos trabalhadores que atuam na Unidade Básica de Saúde (UBS) Dilson Almeida, em Jacundá – PA, enfrentam dificuldades emocionais decorrentes da sobrecarga de trabalho, da rotina intensa e também da falta de suporte psicológico institucional. Evidencia-se ainda que há poucas iniciativas direcionadas à saúde mental, o que pode gerar problemas a estes profissionais, como transtornos de ansiedade, depressão e burnout, além de comprometer a continuidade e a qualidade da assistência prestado à população.

Segundo o Ministério da saúde é de suma importância que haja a promoção de estratégias que possam fortalecer a saúde mental dos trabalhadores que atuam no Sistema Único de Saúde, tendo como principal objetivo a prevenção de agravos psicológicos, garantindo assim um ambiente de trabalho mais saudável (BRASIL, 2022).

É salutar, portanto, a implementação de ações que possam contribuir para manter o equilíbrio emocional, fortalecer o suporte entre as equipes e promover sobretudo, um ambiente de trabalho mais saudável, equilibrado e produtivo, o que tornará a assistência mais humanizada e eficaz a população, fortalecendo o compromisso com a qualidade no cuidado alinhado aos princípios do Sistema Único de Saúde.

3 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

3.1. A Saúde Mental na Atenção Primária à Saúde

O Ministério da Saúde (MS) classifica a Atenção Primária à Saúde (APS) como o primeiro nível de atenção à saúde e o centro de referência e comunicação com toda a Rede de Atenção à Saúde (RAS) sendo norteadas pelos princípios da universalidade, integralidade e equidade. Essa Rede de Atenção à Saúde consiste em um modelo organizativo do SUS que integra os serviços de saúde de diferentes níveis de complexidade, como atenção primária, secundária (média complexidade) e terciária (alta complexidade) garantindo o cuidado integral, humanizado e eficiente dentro do SUS. (BRASIL, 2017).

Ainda de acordo com o Ministério da Saúde, dentro da Rede de Atenção à Saúde, a Atenção Primária que é representada pelas Unidades Básicas de Saúde (UBSs) e a Estratégia Saúde da Família (ESF) torna-se a responsável pela promoção e proteção da saúde, bem como a prevenção de agravos, diagnósticos, tratamento e reabilitação, devendo garantir a acessibilidade, a continuidade do cuidado e a manutenção da saúde (BRASIL, 2017).

Nesse contexto, insere-se a saúde mental como parte fundamental do bem-estar humano, requerendo atenção especial e estratégias integradas que busquem a promoção da saúde mental. Sendo a APS uma porta de entrada do Sistema Único de Saúde (SUS), torna-se salutar que haja estratégias no manejo e na prevenção dos transtornos mentais, por isso a importância de se promover ações que visem garantir a saúde mental e bem-estar da população.

Segundo Vieira et al. (2024), a implementação da Lei nº 10.216/2001 foi um marco importante no cuidado da saúde mental, garantindo um atendimento humanizado e integral dentro das unidades de saúde da atenção primária com equipes multidisciplinares, como terapeutas, psicólogos, assistentes sociais, enfermeiros e médicos especialistas com foco na saúde física e mental.

A partir da Lei nº 10.216/2001 nota-se toda uma organização da RAS para implementar redes relacionadas a saúde mental no âmbito do SUS, como por exemplo, a Rede de Atenção Psicossocial (RAPS), que foi instituída pela Portaria GM/MS nº 3.088 em 2011 estabelecendo diretrizes para a criação, ampliação e

articulação de serviços de saúde mental, bem como a promoção da atenção psicossocial por meio da integração de serviços em cada território. (BRASIL, 2011).

A Rede de Atenção Psicossocial é uma estratégia implementada pelo MS para integrar a atenção à saúde mental dentro do SUS, ela é composta por diferentes serviços que atuam sincronizadamente para garantir o cuidado integral às pessoas com transtornos mentais, promovendo um tratamento desinstitucionalizado, priorizando a atenção psicossocial em serviços comunitários e substituindo os hospitais psiquiátricos levando em consideração a participação da sociedade e da família (BRASIL, 2025).

Ainda de acordo com o Ministério da Saúde em consonância com a Política Nacional de Saúde Mental, a RAPS destaca a importância de integrar a saúde mental dentro das práticas da Atenção primária, com o objetivo de promover, através de políticas públicas, a universalização e a territorialização do cuidado dos usuários do SUS, ou seja, a APS é de suma importância para que esses usuários recebam tratamento dentro de sua área adstrita, respeitando suas características biopsicossociais, visto que cada território tem suas especificidades dentro do contexto econômico e sociocultural.

Nesse sentido, a saúde mental na Atenção Primária à Saúde (APS) é um pilar importante no que diz respeito ao cuidado integral e contínuo dos usuários de uma comunidade. Para isso é salutar que as equipes de saúde da APS estejam capacitadas para identificar sinais de problemas psíquicos, buscando fazer o acolhimento, escuta qualificada e intervenções psicossociais, e quando necessário, encaminhar para os serviços de saúde especializados.

Entretanto, os trabalhadores que atuam na área da saúde enfrentam desafios relacionados a assistência e ao cuidado com os usuários, como por exemplo a escassez de recursos para um atendimento eficaz, bem como a alta demanda de usuários com diferentes complexidades, além de outros fatores que estão intrinsecamente relacionados ao estresse ocupacional e geram impactos significativos na saúde mental desses profissionais.

3.2 A Saúde Mental dos Profissionais da APS

Em tempo, a saúde mental dos trabalhadores que atuam na atenção primária a saúde vem ganhando relevância devido aos desafios enfrentados no dia a dia e

principalmente aos problemas evidenciados no período pós pandêmico. Essa preocupação é válida sobretudo pelo impacto causado tanto no âmbito individual, afetando o bem-estar desses indivíduos, como no âmbito coletivo trazendo à tona problemas que afetam negativamente a qualidade dos serviços de saúde prestados à população.

Pesquisas tem evidenciado os desafios e a vulnerabilidade da saúde mental dos profissionais de saúde, devido principalmente à precariedade do sistema de saúde, intensificado sobretudo, em decorrência das emergências em saúde pós pandemia e o contexto socioeconômico. Entre os principais desafios identificados evidencia-se a sobrecarga de trabalho, o estresse, a falta de qualificação profissional, a precariedade de recursos, a insalubridade, a falta de suporte institucional e por último e não menos importante, o estigma sociocultural. (PALHETA, 2021).

Ainda de acordo com Palheta (2021), a pandemia trouxe para os profissionais de saúde sobrecarga laboral culminando em estresse, ansiedade e esgotamento físico e mental. Muitos sendo diagnosticados tardiamente com transtornos mental, acarretando um prejuízo inestimável a saúde individual e coletiva. Nesse contexto, ressalta-se ainda a escassez de profissionais qualificados para atender à crescente demanda em torno da saúde mental, tanto para usuários do SUS quanto para os profissionais da saúde. Essa falta de formação adequada em saúde mental, reflete institucionalmente na qualidade do atendimento prestado, tornando-se outro fator atrelado a precarização do cuidado integral.

Esses profissionais são submetidos diariamente a rotinas exaustivas em ambientes muitas vezes insalubres, com sobrecarga emocional intensa decorrente do aumento do estresse ocupacional, gerando desgaste físico e mental. Nesse sentido, nota-se a necessidade de intervenções voltadas ao bem-estar desses indivíduos, como suporte psicológico e ambientes de trabalhos salubre e seguro. Visto que esses fatores são responsáveis por afetar a saúde individual e coletiva pois estão intrinsecamente relacionados ao estilo de vida desenvolvido por esses profissionais no âmbito do seu trabalho. (OLIVEIRA *et al.*, 2021)

Torna-se salutar a participação desses profissionais no processo de produção de saúde, que estejam envolvidos na execução e gestão das políticas públicas voltadas a cuidado na assistência. Percebe-se que parte das políticas de saúde são voltadas a população sem levar em consideração que os profissionais também são

usuários da saúde, e estão expostos as mesmas vulnerabilidades sociais e sendo parte do sistema são mais propensos ao adoecimento e desgaste físico, sobretudo mental.

Portanto a valorização do desses trabalhadores da saúde é fundamental para fortalecer o SUS e garantir uma resposta mais eficiente a esses problemas de saúde. E com o objetivo de sanar parte desse problema, a Portaria GM/MS nº 1.999, de 17 de agosto de 2022, instituiu o Programa Nacional de Saúde Mental no SUS, onde reconhece a importância de ampliar a atenção psicossocial para os profissionais de saúde. (BRASIL, 2022).

Com base no exposto é fundamental implementar estratégias que possam promover ambientes de trabalho salubres e saudáveis, que busquem o fortalecimento de vínculo entre equipes de saúde, que reconheçam a importância do profissional de saúde, e que sobretudo, forneça recursos para que os mesmos exerçam com segurança as práticas em saúde. Ou seja, através dessa portaria é possível desenvolver ações que possam promover o cuidado integral desses profissionais que atuam nas unidades básicas de saúde, contribuindo não apenas para a saúde mental dos mesmos como também para uma assistência mais humanizada, resolutiva e sobretudo que esteja alinhada aos princípios do SUS.

4 OBJETIVOS

4.1 Objetivo geral

Promover a saúde mental dos profissionais da UBS Dilson Almeida, em Jacundá – PA, através da implementação de estratégias que visa apoio emocional, escuta qualificada e capacitações voltadas à redução do estresse ocupacional.

4.2 Objetivos Específicos

- Identificar fatores que contribuem para o desgaste emocional da equipe de saúde da Unidade Básica Dilson Almeida;
- Realizar rodas de conversa mensais com os profissionais, promovendo espaços de escuta, acolhimento e troca de experiências;
- Estabelecer parcerias com psicólogos e psiquiatras para prestar um atendimento individualizado ou em grupo;
- Promover capacitações para redução do estresse, melhoria da inteligência emocional e autocuidado no ambiente de trabalho;
- Monitorar os resultados da intervenção através de indicadores como frequência, produtividade e a satisfação desses profissionais.

5 METODOLOGIAS

Este Projeto de Intervenção (PI) será desenvolvido com base na realidade observada na Unidade Básica de Saúde Dilson Almeida, localizada no município de Jacundá, no estado do Pará. Com base nas pesquisas realizadas e experiência junto a equipe multiprofissional, foi identificado um aumento significativo nos casos de adoecimento mental entre os profissionais de saúde da unidade. Em sua maioria, relatados por sintomas como estresse crônico, esgotamento emocional, absenteísmo e desmotivação. Esses fatores têm comprometido não apenas o bem-estar dos trabalhadores, mas também a qualidade do atendimento prestado à comunidade local.

Para fundamentar a elaboração de um plano de ação coeso e integrado a realidade dos profissionais de saúde que atuam na atenção primária, foi realizada uma pesquisa utilizando as palavras-chave: "saúde mental", "profissionais da saúde", "atenção básica" e "qualidade de vida no trabalho". Essa revisão evidenciou a importância de estratégias de cuidado voltadas à saúde mental dos profissionais da Atenção Primária à Saúde (APS).

A proposta parte da identificação de problemas no ambiente de trabalho da UBS, principalmente relacionados ao estresse, assiduidade, pontualidade, sobrecarga e desgaste emocional, fatores que comprometem o bem-estar dos profissionais e a qualidade do atendimento prestado à comunidade em estudo. Assim, o PI teve como objetivos fomentar espaços de escuta, apoio psicossocial e promoção do autocuidado desses trabalhadores.

Para isso foi adotado um Planejamento Estratégico Situacional (PES) como metodologia para construir um Projeto de Intervenção eficaz, levando em consideração a realidade local, os recursos disponíveis para executar esse plano de ação, e a capacidade das equipes executoras, além do perfil dos profissionais beneficiados. O PES tem sido utilizado para identificar um problema, abordando não só as causas como também as possíveis soluções. (LIMA et al. 2022).

O projeto será executado na Unidade Básica de Saúde Dilson Almeida ao longo de 12 meses. Esse período será dividido em etapas de planejamento, execução das atividades, avaliação intermediária e avaliação final. A população-alvo será todos os profissionais de saúde que atuam na UBS Dilson Almeida, onde estará

incluso médico, psicólogos, enfermeiro, técnicos de enfermagem, agentes comunitários de saúde, dentistas e demais integrantes da equipe multiprofissional. Atualmente, a unidade conta com 11 colaboradores ativos.

O plano de ação será realizado em 4 eixos a seguir:

1. **Grupos de escuta e acolhimento psicológico:** Serão realizados encontros uma vez no mês, como rodas de conversas, conduzidos por psicólogo da própria UBS, com duração média de 60 minutos, tendo como principal objetivo criar um espaço para escuta ativa, acolhimento e discussão sobre saúde mental no âmbito da saúde.
2. **Atendimentos psicológicos individualizados:** Serão ofertadas sessões psicoterapêuticas breves, individualizadas, com escuta qualificada, por profissional psicólogo, com duração média de 50 minutos para esses profissionais.
3. **Práticas integrativas:** Serão realizadas quinzenalmente atividades como meditação, alongamento, automassagem e respiração consciente, conduzidas por terapeuta educacional ou profissional capacitado em Práticas Integrativas e Complementares com duração média de 60 minutos.
4. **Capacitação sobre saúde mental e autocuidado:** Serão realizadas, a cada 3 meses, palestras e oficinas educativas com a equipe multidisciplinar (médico, enfermeiro, psicólogo) voltadas à saúde emocional, inteligência emocional, manejo do estresse ocupacional e melhoria do clima organizacional.

Para a avaliação da eficácia desse Projeto de Intervenção, será realizado um monitoramento da participação dos profissionais, através de listas de presença, formulários de pesquisa e satisfação, e também relatórios dos profissionais envolvidos. A equipe de gestão da UBS, juntamente com o psicólogo, serão responsáveis por registrar os avanços, as dificuldades enfrentadas para pôr em prática o Plano de Intervenção, assim como as sugestões para melhorar.

A avaliação final do Projeto de Intervenção será realizada ao término dos 12 meses, onde haverá um comparativo entre os dados iniciais colhidos pela equipe de saúde e os dados e resultados alcançados após a execução do plano, por meio de questionários de percepção e indicadores de saúde desses profissionais.

Este projeto deverá estar alinhado com as diretrizes da Política Nacional de Saúde Mental, tendo como principal objetivo a promoção da atenção psicossocial,

buscando fortalecer o cuidado com a saúde mental dos trabalhadores de saúde da UBS Dilson Almeida, reconhecendo-os como sujeitos importantes no processo de cuidado integral a saúde da comunidade local.

6 RESULTADOS ESPERADOS

A implementação deste Projeto de Intervenção (PI) será crucial para a melhoria na qualidade de vida e saúde mental dos profissionais que atuam na Unidade Básica de Saúde Dilson Almeida, em Jacundá-PA. As ações propostas nesse PI objetiva mudança no padrão de trabalho da UBS, fortalecendo as relações interpessoais, ampliando os espaços para escuta qualificada, estimulando o autocuidado e a promovendo práticas integrativas e educativas voltadas à saúde mental.

Nesse sentido, ao final dos 12 meses de execução do PI, espera-se observar avanços significativos na percepção de bem-estar desses profissionais e nos indicadores como assiduidade, produtividade e satisfação no trabalho. Essas ações, indubitavelmente, irão contribuir tanto na motivação quanto no comprometimento desses profissionais, tornando o ambiente de trabalho mais saudável, acolhedor e colaborativo, onde o bem-estar desses profissionais seja valorizado, e eles se sintam parte essencial da qualidade do atendimento e do cuidado ofertado à comunidade, e assim possam construir estratégias coletivas de enfrentamento aos desafios diários da atenção primária à saúde.

7 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A vivência na Atenção Básica denota que um planejamento com ações estruturadas de escuta, acolhimento psicológico e incentivo ao autocuidado são necessárias na preservação da saúde mental dos trabalhadores. Inclusive, estudos tem evidenciado que intervenções estruturadas para promoção do bem-estar emocional nas equipes de saúde da atenção básica se mostraram eficazes no absenteísmo e na qualidade do trabalho (LIMA et al., 2022).

Assim acredita-se que este projeto tem o potencial de gerar positivamente mudanças tanto no ambiente de trabalho, como na vida pessoal desses profissionais, pois estarão mais satisfeitos, fortalecidos e conscientes da importância de cuidar de si para melhor cuidar do outro. Pois é salutar incentivar o cuidado com quem cuida, e isso precisa ser valorizado em um contexto tão desafiador como o da atenção básica.

Portanto, este PI representa um movimento de valorização do profissional como pessoa humana dentro do SUS, podendo, inclusive, servir como exemplo para outras unidades do município, demonstrando a melhoria na saúde mental dos profissionais com ações simples, porém bem planejadas e estruturadas, sensíveis à realidade local e focadas no acolhimento e na valorização da equipe.

REFERÊNCIAS

1. BARBOSA Raquel Oliveira. *et al. Saúde mental dos profissionais de saúde brasileiros durante a pandemia da COVID-19*. Revista Eletrônica Acervo Saúde. 2023. Disponível em: <https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/13872>. Acesso em: 21/05/2025.
2. BRASIL. Ministério da Saúde. Saúde Mental dos Trabalhadores dos Serviços de Saúde: diretrizes para formulação de políticas públicas em Emergências em Saúde Pública. Brasília: Ministério da Saúde, 2024. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/svsa/saude-do-trabalhador/saude-mental-dos-trabalhadores-dos-servicos-de-saude/view>. Acesso em: 27/03/2025.
3. BRASIL. Ministério da Saúde. *Programa Nacional de Saúde Mental no SUS*. Portaria GM/MS nº 1.999, de 17 de agosto de 2022. Disponível em: <https://www.in.gov.br>. Acesso em: 16/04/2025
4. BRASIL. Ministério da Saúde. Rede de Atenção Psicossocial (RAPS). Brasília, DF: Ministério da Saúde, [2025]. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/saes/desmad/raps>. Acesso em: 19/05/2025
5. BRASIL. Ministério da Saúde. *Caderno de Atenção Psicossocial na APS: recomendações para ações de saúde mental nos territórios*. Brasília: MS, 2022.
6. BRASIL. Lei nº 10.216, de 6 de abril de 2001. Dispõe sobre a proteção e os direitos das pessoas portadoras de transtornos mentais e redireciona o modelo assistencial em saúde mental. *Diário Oficial da União: seção 1*, Brasília, DF, 9 abr. 2001. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/leis_2001/l10216.htm. Acesso em: 19/05/2025
7. BRASIL. Ministério da Saúde. Portaria nº 2.436, de 21 de setembro de 2017. Aprova a Política Nacional de Atenção Básica. *Diário Oficial da União: seção 1*, Brasília, DF, 22 set. 2017. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2017/prt2436_22_09_2017.html. Acesso em: 18/05/2025
8. BRASIL. Ministério da Saúde. Portaria nº 3.088, de 23 de dezembro de 2011. Institui a Rede de Atenção Psicossocial (RAPS) no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS). *Diário Oficial da União: seção 1*, Brasília, DF, 26 dez. 2011. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2011/prt3088_23_12_2011_rep.html. Acesso em: 18/05/2025
9. COSTA, M. L. S. et al. *Condições de trabalho e sofrimento psíquico na Atenção Primária: um estudo multicêntrico no Brasil*. **Revista Ciência & Saúde Coletiva**, v. 28, n. 5, p. 1391–1402, 2023.

10. LIMA, Edna Maria moura Costa et al.. O PLANEJAMENTO ESTRATÉGICO SITUACIONAL (PES) COMO FERRAMENTA PEDAGÓGICA NA FORMAÇÃO EM RESIDÊNCIA MULTIPROFISSIONAL.. In: Anais VIII Expoesp: Construindo um Sistema de Saúde Inteligente. Anais...Fortaleza(CE) Centro de Eventos do Ceará, 2022. Disponível em: [https://www.even3.com.br/anais/expoESP/580233-O-PLANEJAMENTO-ESTRATEGICO-SITUACIONAL-\(PES\)-COMO-FERRAMENTA-PEDAGOGICA-NA-FORMACAO-EM-RESIDENCIA-MULTIPROFISSION](https://www.even3.com.br/anais/expoESP/580233-O-PLANEJAMENTO-ESTRATEGICO-SITUACIONAL-(PES)-COMO-FERRAMENTA-PEDAGOGICA-NA-FORMACAO-EM-RESIDENCIA-MULTIPROFISSION). Acesso em: 23/05/2025
11. LIMA, C. M. A. O.; SOUSA, L. C.; SANTOS, M. A. L. Saúde mental dos profissionais da atenção primária à saúde: revisão integrativa. *Saúde em Debate*, Rio de Janeiro, v. 46, n. 133, p. 405–417, 2022. DOI: <https://doi.org/10.1590/0103-1104202213307>. Acesso em: 15/06/2025
12. ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. *Relatório Mundial de Saúde Mental: Transformando a Saúde Mental para Todos*. Genebra: OMS, 2022. Disponível em: <https://www.sbponline.org.br/2022/06/relatorio-mundial-de-saude-mental-da-oms-transformando-a-saude-mental-para-todos>. Acesso em: 18/04/2025.
13. PALHETA, Rosiane Pinheiro. *Saúde mental dos trabalhadores de saúde no Brasil pós pandemia de covid-19: Um estudo de revisão sistemática*. Brazilian Journal of Health Review. 2021. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/41549>. Acesso em: 17/05/2025
14. VIEIRA, B. V. P.; PARRAS, J. D.; JACOMASSI, M. J. R.; SOUZA, R. M. de. *A Lei nº 10.216/2001, o direito das pessoas diagnosticadas com transtornos mentais e as internações psiquiátricas*. Anais do Fórum de Iniciação Científica do UNIFUNEC, v. 15, n. 15, 2024. Disponível em: <https://seer.unifunec.edu.br/index.php/forum/article/view/6420>. Acesso em: 19/05/2025