Oficina "Cultura de Respeito, Saúde Mental e Prevenção de Riscos Psicossociais"

CÂMARA MUNICIPAL DE BOTUCATU
Novembro/2026

REGINA MOREIRA



Docente e terapeuta, cuja atuação conjuga sensibilidade humana e compreensão prática dos desafios da administração pública. Em sua experiência institucional, ocupou a chefia de gabinete na Prefeitura de Piracaia e atuou profissionalmente como técnica sênior por nove anos no CEPAM-Centro de Estudos e Pesquisas em Adm. Municipal, vivência que fundamenta seu olhar sobre o cotidiano, as hierarquias e as relações de trabalho no setor público.

Com sólida prática em desenvolvimento humano, atua fortemente na formação e desenvolvimento de lideranças e na facilitação de workshops comportamentais. Possui formação em Musicoterapia e Psicodrama Organizacional, além de atuar no campo do sociologia sistêmica e possuir formação em certificação DISC.

OFICINA • CÂMARA MUNICIPAL DE BOTUCATU

Cultura de Respeito, Saúde Mental e Prevenção de Riscos

Cultura, saúde mental e prevenção de riscos psicossociais no serviço público

4 horas



GEPAM

UM PERCURSO VIVENCIAL

O que vamos viver hoje

01	02	03	04	05	06
Respeito	**Emoções**	**Comunicação**	**Conflitos**	**NR-1**	**Compromissos**
					subgrupos + painel coletivo

4 horas • 20% conceito / 80% vivência

PARA QUE HAJA ESPAÇO PARA
TODAS AS VOZES

Nosso acordo de convivência



Sigilo
Escuta sem julgamento
Respeito ao tempo de fala
Direito de não participar

Cuidar do espaço que compartilhamos

GEPAM

RESPEITO INSTITUCIONAL

Três dimensões da convivência



1
Entre colegas
e hierarquias

2
No atendimento
ao cidadão

3
Nos processos
e na comunicação

O CONTEXTO DO TRABALHO



Por que este tema agora?

- Papel Profissional (Equipes técnicas, administrativa
- Representação política
- Prazos, sessões e demandas simultâneas
- Exposição pública
- Atendimento ao cidadão

NR-1 • GERENCIAMENTO DE RISCOS OCUPACIONAIS

O marco legal

A NR-1 passou a incluir os fatores de risco psicossociais no GRO.

Vigência plena desde desde
26 de maio de 2026

Prevenir também é olhar para a organização do trabalho.



O Que São Riscos Psicossociais?

Riscos psicossociais são fatores do ambiente de trabalho que afetam a saúde mental, emocional e física dos trabalhadores. Diferentemente dos riscos riscos físicos ou químicos, são mais difusos e muitas vezes invisíveis — mas seus efeitos são profundos e mensuráveis.

GEPAM

Principais Fatores de Risco Psicossocial

Sobrecarga de Trabalho

Excesso de demandas, metas inatingíveis, horas extras abusivas e pressão constante por produtividade além da capacidade humana

Falta de Controle

Ausência de autonomia sobre o próprio trabalho, incerteza sobre tarefas e incapacidade de influenciar decisões que afetam o trabalhador

Violência e Assédio

Assédio moral, assédio sexual, intimidação, discriminação e relações de poder abusivas no ambiente de trabalho

Relações Deterioradas

Clima organizacional tóxico, conflitos não resolvidos, isolamento social e ausência de suporte de gestores e colegas
Ex. Bradesco / IBM / Campanha Casas Bahia

GEPAM

A NR 1 - RISCOS PSICOSSOCIAIS NO SERVIÇO PÚBLICO

A NR-1 passou a incluir expressamente os fatores de risco psicossociais no capítulo 1.5 (Portaria MTE 1.419/2024), com vigência a partir de **26 de maio de 2026**.A norma alcança contratos regidos pela CLT — **inclui Órgãos públicos com celetistas**, mas não os servidores estatutários, que respondem a regimes próprios. Usar a NR-1 como linguagem de prevenção funciona; usá-la como obrigação legal para estatutários não se sustenta em debate com gestão.

DO DISCURSO À PRÁTICA

Cultura de respeito

Respeito não é discurso.
É prática diária.

- Civilidade
- Urbanidade
- Dignidade da pessoa humana



GEPAM

SINAIS DA CONVIVÊNCIA COTIDIANA

O que nos desgasta

Falta Claresa do Papel

Invisibilidade

Tom de voz

Falta de reconhecimento

O não dito

> O que não é nomeado também influencia o clima de trabalho.

A origem não está na fragilidade individual



O QUE PROTEGE

Suporte social e comunicação do superior imediato foram os fatores protetores mais citados no estudo em universidade pública.

Ambientes emocionalmente emocionalmente seguros produzem pertencimento.

GEPAM

NR-1 · A Portaria MTE 1.419/2024 incluiu expressamente riscos psicossociais no capítulo 1.5, com vigência em 26 de maio de 2026. Alcança contratos CLT, inclusive em órgãos públicos com celetistas; não os servidores estatutários.

SAÚDE MENTAL NO SERVIÇO PÚBLICO

O sofrimento emocional também é risco ocupacional.



O adoecimento não é fragilidade
um alerta sobre como o trabalho está
organizado.

A pergunta não é “o que há de errado com a pessoa?”
É “o que, no trabalho, está produzindo sofrimento?”

GEPAM

O PADRÃO

Transtornos mentais no topo dos afastamentos

Em praticamente todos os estudos brasileiros sobre o serviço público, são a 1ª ou 2ª causa.

FAIXA DO TOTAL DE LICENÇAS

15,38% a 39,45%

Recortes locais, com métodos diferentes — um sinal recorrente, um total nacional.

GOIÂNIA · 2005–2010

26,5%

1ª causa de licença, à frente das doenças osteomusculares (25,1%).

40.578 licenças · 13.408 servidores
944.722 dias de absenteísmo · média de 23 dias por por episódio

TOCANTINS · 2011–2012

29,2%

Dos afastamentos de servidores federais no estado (n = 602).

GEPAM

O QUE CRESCE

A pressão deixa marcas na vida de quem trabalha

ACRE · 2013 → 2018

0,81% → 2,42%

A prevalência anual de afastamentos por transtornos mentais triplicou em seis anos.

CNMP · 2021 · 4.077 respondentes

85%

dos servidores em risco de adoecimento mental

50,1% relataram assédio moral

27,1% relataram violência psicológica no trabalho

SANTA CATARINA · 2010–2013

45.388 servidores. 19,31% afastaram-se ao menos uma vez; entre esses casos, casos, 57,4% foram transtornos do humor e 39,5% de ansiedade.

IFCE · 2010–2018

684 afastamentos por transtornos mentais em 250 servidores. Transtornos do humor: 53,6% dos casos e 13.057 dias perdidos.

GEPAM

O CUSTO INVISÍVEL · SERVIDORES FEDERAIS · 2012–2017

Dias de licença também são vidas interrompidas

5.664.800

dias de licença por transtornos mentais

R$ 1,89 bilhão

em custo indireto estimado

O IMPACTO NÃO PARA NA PLANILHA

Cada afastamento atravessa atravessa a vida de quem adoece, a equipe que fica e a e a continuidade do público.

Transtornos do humor e ansiosos concentraram os os maiores custos.

REFERÊNCIA À PARTE · REGIME CLT

A Previdência concedeu mais de 546 mil benefícios por incapacidade temporária por transtornos mentais e comportamentais em 2025 — maior número da série histórica. Foram 209.124 em 2022 e 288.865 em 2023. Não somar aos servidores estatutários.

GEPAM

PERCEBER ANTES DE REAGIR



Inteligência emocional

Prazos • Sessões • Demandas simultâneas
• Exposição pública

Nomeio → Respiro → Escolho

Respiração em quatro tempos

GEPAM

FERRAMENTAS PARA CONVERSAS DIFÍCEIS

Comunicar e escutar com respeito



Críticas

Separe o conteúdo da forma.

Crítica construtiva não é juízo moral depreciativo.

Assertividade

Fato → Impacto → Pedido

Clareza e objetividade.



Escuta ativa

Parafrasear • Perguntar • interromper • Validar

O que muda quando alguém apenas escuta?

GEPAM

Conflitos, riscos e segurança psicológica

Técnico — debater ideias e processos

Relacional — não atacar pessoas

1. Acolher
2. Esclarecer os fatos
3. Separar pessoa e problema
4. Propor saídas
5. Combinar o próximo passo

GEPAM

Conflitos, riscos e segurança psicológica



Riscos

Humilhação, intimidação e sexualização ultrapassam limites éticos. Falar e apontar falhas sem medo de retaliação.



Oficina educativa e preventiva: não substitui substitui GRO/PGR, perícia, apuração interna ou atendimento clínico.

Acolhimento e ouvidoria são canais institucionais.

PARA LEVAR COM VOCÊ

O sofrimento emocional também é risco ocupacional.

Quando a pressão não é elaborada, ela é descarregada.

A NR-1 não fala apenas de norma, fala de



Referências: NR-1 (MTE) • Manual de Interpretação e Aplicação do do Capítulo 1.5 (GRO/PGR) • Guia de Informações sobre Fatores Psicossociais Relacionados ao Trabalho (MTE)

GEPAM

Obrigada pela sua atenção!

Sucesso!!!

