



## Conectando vidas Construindo conhecimento



VIII SALÃO EDUFRGS

27/09 a 1/10  
VIRTUAL

<b>Evento</b>	Salão UFRGS 2021: VIII SALÃO EDUFRGS
<b>Ano</b>	2021
<b>Local</b>	Virtual
<b>Título</b>	Promovendo Saúde Mental do Trabalhador por meio de Capacitações Online
<b>Autores</b>	MARIANA VALLS ATZ CAMILA MENEZES FERREIRA GUERREIRO CAROLINA MEIRA MOSER CARINE GATTO FERNANDA ARIOLI HECK JOSE MENNA OLIVEIRA WILLIAN MELLA GIROTTO

## **Promovendo Saúde Mental do Trabalhador por meio de Capacitações Online**

**Justificativa:** O período da pandemia demandou criatividade e adaptação para a continuidade das atividades de trabalho, principalmente para um tema tão relevante como a saúde mental. Sendo assim, a Equipe Psicossocial da Divisão de Promoção da Saúde (DPS) do Departamento de Atenção à Saúde (DAS) da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS), composta por Assistentes Sociais, Psiquiatras e Psicólogos, optou por ofertar capacitações online para os servidores.

**Objetivo:** Apresentar capacitações interdisciplinares que se materializaram através de educação em saúde mental ocorridas durante a pandemia para os servidores da UFRGS. **Metodologia:** Esses cursos foram ofertados através do Moodle Colaboração em parceria com a Escola de Desenvolvimento de Servidores da UFRGS. Esses temas já haviam sido abordados presencialmente em capacitações anteriores ao trabalho remoto. As atividades consistiram em textos, vídeos, podcasts, estudos de caso, exercícios práticos, e discussão coletiva em fóruns que geralmente tinham como finalidade promover conhecimento de saúde mental aos participantes, fortalecer estratégias de prevenção de agravos em saúde mental, incentivar relações saudáveis e autocuidado e fortalecer os coletivos através da troca de experiências. As capacitações foram computadas como horas trabalhadas e foram oferecidos certificados que podem ser utilizados para fins de progressão funcional. **Resultados:** Até o presente, ocorreram 10 capacitações: "Conversando sobre Saúde Mental no Trabalho (3 turmas); "Conversando sobre Saúde Mental: ansiedade, depressão e primeiros socorros psicológicos em tempos de Coronavírus" (4 turmas) e "Conversando sobre Saúde Mental: resiliência em diferentes contextos" (3 turmas). Ao final de todas as capacitações, os participantes preencheram formulário de avaliação final, e, de modo geral, sempre foram avaliadas satisfatoriamente e proporcionaram reflexões positivas sobre a saúde mental do trabalhador UFRGS.

**Palavras-chave:** Saúde Mental - Promoção da Saúde no trabalho - Intervenção interdisciplinar online