

Setembro Amarelo e a saúde mental no trabalho

prevenção, conscientização e ações legais

Uma abordagem prática para empresas promoverem o bem-estar no ambiente de trabalho

O Setembro Amarelo, campanha que completa uma década no Brasil, foca na conscientização sobre saúde mental, um tema urgente e delicado. A proposta da cartilha é explorar como empresas podem se engajar em ações de prevenção ao suicídio e promoção do bem-estar no trabalho.

Ambiente de trabalho e saúde mental

Em 2023, o ministério da saúde incluiu síndrome de esgotamento profissional (burnout) ansiedade, depressão e tentativa de suicídio na lista de doenças relacionadas ao trabalho, ressaltando a ligação entre adoecimento psíquico e ambiente laboral.

Ambientes negativos, caracterizados por assédio moral, sobrecarga, insegurança e falta de reconhecimento, podem desencadear transtornos mentais e impactar a qualidade de vida dos colaboradores.



Estatísticas Gerais

Estima-se que



1 em cada 5 trabalhadores **sofre de problemas de saúde mental**, como ansiedade e depressão.

Fonte
American Psychological Association

Fonte
Organização Mundial da Saúde (OMS)



US\$ **1 milhão** / ANO

é quanto os transtornos mentais custam à economia global em perda de produtividade.

Para cada US\$ 1 investido no tratamento e apoio para transtornos mentais comuns, há um retorno de US\$ 4 em melhoria da saúde e produtividade.



Funcionários com depressão faltam ao trabalho 4,8 dias a mais por ano e têm 11,5 dias de presenteísmo (presente no trabalho, mas sem ser produtivo) em comparação com colegas sem depressão.

Fonte
Centers for Disease Control and Prevention (CDC)

76% dos trabalhadores acreditam que as empresas deveriam fazer mais para proteger a saúde mental de seus funcionários.

Fonte
Mind Share Partners

apenas
41%

das empresas oferecem algum tipo de suporte psicológico aos seus funcionários.

Fonte
Global Business Collaboration for Better Workplace Mental Health



Funcionários que se sentem apoiados em sua saúde mental são

5 vezes +

propensos a ser altamente produtivos.

Fonte
Deloitte



Empresas que implementam políticas de saúde mental relatam uma redução de 30% no turnover de funcionários.

Fonte
Harvard Business Review



NR-01: A inclusão de riscos psicossociais no Programa de Gerenciamento de Riscos (PGR), representa um avanço significativo na legislação de segurança e saúde no trabalho. Agora, além dos riscos físicos, químicos e biológicos, as empresas são obrigadas a gerenciar riscos ligados à saúde mental e ao bem-estar dos colaboradores. Essa medida reforça a importância de um ambiente de trabalho saudável e estimula as organizações a adotarem práticas que previnam transtornos como estresse e burnout.

Lei nº 14.831/2024 (Lei do Selo): Institui o Certificado Empresa Promotora da Saúde Mental, um reconhecimento para empresas que implementam políticas de apoio à saúde mental no ambiente de trabalho. Para obter o certificado, as organizações devem cumprir critérios que incluem a criação de programas de suporte psicológico, a oferta de treinamentos para gestores e a implantação de canais de acolhimento.

O certificado incentiva práticas que garantam o bem-estar emocional dos trabalhadores, aumentando a visibilidade das empresas comprometidas com essas causas. Ele terá validade de dois anos, sendo possível renová-lo mediante uma nova avaliação. Embora o regulamento completo ainda esteja em fase de desenvolvimento, a legislação visa premiar organizações que adotam medidas consistentes e inovadoras para promover o bem-estar emocional dos seus colaboradores.

CIPA na promoção da saúde mental: A Comissão Interna de Prevenção de Acidentes (CIPA) tem um papel essencial na identificação de riscos psicossociais no ambiente de trabalho.

Por meio de suas ações de prevenção, a CIPA deve incluir no seu calendário treinamentos, campanhas de conscientização e estratégias preventivas, com a participação de profissionais que entendem da matéria, com o intuito de evitar qualquer adoecimento, mapeando fatores que impactam negativamente a saúde mental dos colaboradores, como excesso de trabalho, assédio ou ambientes insalubres. Além disso, a CIPA pode promover diálogos, campanhas de conscientização e estratégias preventivas, ajudando a criar um ambiente mais seguro e equilibrado para todos.

Sua empresa sofre com questões de saúde mental dos profissionais?

Saiba como começar a tratar o tema dentro da sua empresa:



- **Políticas de Saúde Mental:** implementando políticas claras que promovam a saúde mental e o bem-estar dos colaboradores.
- **Capacitação de Lideranças:** treinando gestores e líderes para identificar sinais de estresse e sofrimento emocional, oferecendo apoio adequado.
- **Espaços de Diálogo:** estabelecendo canais de comunicação abertos, em que colaboradores se sintam seguros para falar sobre suas dificuldades sem medo de retaliação.
- **Programas de Apoio:** disponibilizando programas de assistência ao empregado (PAE) que ofereçam suporte psicológico e emocional.
- **Equilíbrio Trabalho-Vida:** incentivando práticas que promovam um equilíbrio saudável entre a vida profissional e pessoal, reduzindo o risco de transtornos.
- **Ações de Prevenção e Sensibilização:** promovendo campanhas de sensibilização sobre saúde mental e prevenção ao suicídio. Workshops, palestras e sessões de treinamento sobre como lidar com estresse, ansiedade e outros desafios emocionais podem equipar colaboradores com ferramentas e conhecimentos para cuidar melhor de sua saúde mental e apoiar colegas em necessidade.

Cuidar da saúde mental no ambiente de trabalho é uma responsabilidade legal e social. Empresas que se antecipam a essas práticas colhem benefícios não só em bem-estar, mas também em produtividade e retenção de talentos.



Como uma boutique de direito trabalhista, o **Ovidio Collesi Advogados** entende a importância de um ambiente de trabalho saudável para a conformidade legal e o sucesso empresarial. Nossos esforços estão focados em assegurar que as empresas não apenas cumpram suas obrigações legais, mas também cultivem uma cultura organizacional que priorize o bem-estar mental dos profissionais.

Diante da crescente demanda por preservar a saúde mental no ambiente de trabalho, nossa sócia Paula Collesi, em parceria com Tipiti Barros, fundadora do FikaConversas, criou o workshop **ComVersa Legal**.

Este projeto oferece uma abordagem proativa, com workshops, treinamentos in company e capacitação de lideranças, visando criar ambientes de trabalho mais saudáveis, inclusivos e conformes às melhores práticas de governança e compliance.

Saiba mais pelo e-mail: paula@ov.adv.br

Al. Rio Negro, 1084 Cj. A 08
Alphaville, Barueri – SP | CEP 06454-000
+55 (11) 4191.5211 | contato@ovidicollesi.adv.br

OVIDIOCOLLESI
■ A D V O G A D O S ■