

# Formulário para Mapeamento de Saúde Mental

**Defina ações prioritárias para colaboradores de maior risco de acordo com formulário padronizado.**



# Índice do Projeto

1

## 01. Mapeamento

Definir ações prioritárias para colaboradores de maior risco de acordo com formulário padronizado.

2

## 02. Levantamento dos dados

Realizar um levantamento de sinais e sintomas, identificando carteiras e o número de funcionários por carteira através de um questionário.

3

## 03. Formulário de avaliação

Priorizar colaboradores que se enquadrem nos grupos de maior risco

4

## 04. Monitoramento

Monitorar os resultados obtidos e propor melhorias

5

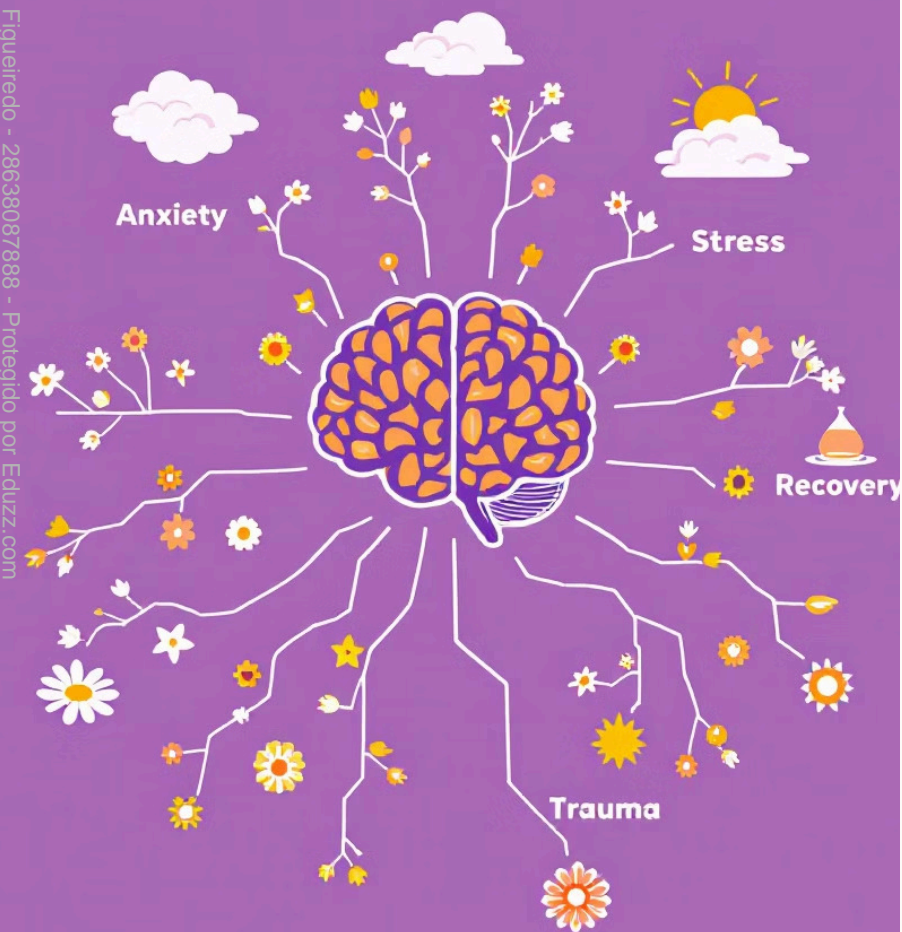
## 04. Plano de ação

Definir ações de acordo com os resultados



# Mapeamento

Esse projeto foi idealizado com base no aumento de transtornos mentais pós pandemia. Após enfrentarmos uma pandemia os efeitos na saúde mental evoluíram de uma forma muito significativa, e se faz necessário oferecermos um suporte eficaz para ter uma diminuição no absenteísmo, aumentar o envolvimento, a motivação e a produtividade dos colaboradores. O meio corporativo possui um índice de altos e baixos que é afetado por uma série de fatores ligados dentro e fora da empresa. E foi com o intuito de melhorar a saúde mental dentro do ambiente de trabalho que esse projeto foi criado.



1

## Avaliar

Iniciar o processo de avaliação da saúde mental dos colaboradores.

2

## Mobilizar

Engajar os colaboradores no processo de mapeamento.

3

## Planejar

Desenvolver um plano de ação baseado nos resultados obtidos.

4

## Fazer

Implementar as ações planejadas para melhorar a saúde mental no ambiente de trabalho.





# Levantamento de Dados

## 1 Questionário inicial

Realizaremos um levantamento de sinais e sintomas, identificando carteiras, o número de funcionários por carteira através de um questionário.

## 2 Preenchimento do formulário

Os colaboradores identificados realizarão o preenchimento de um formulário para pontuar cada queixa relatada.

## 3 Classificação de risco

Identificar a qual grupo o colaborador se enquadra, se de risco baixo, médio ou alto de acordo com valores obtidos pela secretaria de saúde do estado do Paraná.

## 4 Ações baseadas em dados

Determinando a qual grupo o colaborador pertence, iniciaremos as ações cabíveis com base na queixa apresentada, levando em conta os dados: Principais problemas, sua importância, sua urgência, capacidade de atendimento.

# Formulário de Avaliação

Nome:

Instruções de preenchimento

1. Circule o número correspondente ao sinal e sintoma
2. Realize a somatoria dos números circulados
3. O total de pontos brutos será o escore para a estratificação de risco

SINTOMAS E SINAIS:

Nome			
Instruções de preenchimento			
1. Circule o número correspondente ao sinal e sintoma	2. Realize a somatoria dos números circulados	3. O total de pontos brutos será o escore para a estratificação de risco	
Grupo	Sintomas e Sinais	Não	Sim
I	Sensação de morte iminente ou pânico	0	5
I	Medo Intenso	0	2
I	Desrealização	0	3
I	Despersonalização	0	3
I	Crises conversivas	0	3
I	Crises dissociativas	0	3
I	Queixas somáticas persistentes ou hipocondríacas	0	1
I	Pensamentos ou comportamentos repetitivos	0	3
I	Pensamento de inutilidade ou culpa	0	4
I	Pensamento de inutilidade ou culpa	0	2
II	Ideia suicida ou tentativa de suicídio	0	9
II	Isolamento social	0	6
II	Auto agressividade com o corpo ou terceiros	0	9
II	Desinibição social ou sexual	0	7
II	Atos impulsivos ou hiperatividade	0	3
II	Euforia	0	4
II	Elevação desproporcional de auto estima	0	2
II	Delírio	0	8
II	Alucinação	0	10
II	Alteração do curso de pensamento	0	9
II	Perda do juízo crítico da realidade	0	10
III	Delírio e tremor	0	10
III	Tremor associado ao hálito etílico e sudorese etílica	0	3
III	Incapacidade de redução e controle do uso de drogas	0	6
III	Manifestação de risco para si e para terceiros	0	6
III	Intolerancia	0	3
IV	Dificuldade manifestada na infância ou adolescência de compreender e transmitir informações	0	3
IV	Movimentos corporais ou comportamentais estereotipados	0	5
IV	Desatenção manifestada na infância ou adolescência	0	4
IV	Inquietação constante manifestada na infância ou adolescência	0	2
IV	Regreção	0	1
V	Perda de memória	0	3
V	Perda de capacidade ocupacional	0	4
V	Desorientação temporal ou de espaço	0	5
VI	Resistência ao tratamento	0	4
VI	Recorrência ou recaída	0	9
VI	Uso de substâncias psicoativas	0	10
VI	Exposição continuada ao estresse	0	3
VI	Precariedade de suporte social	0	3
VI	Precariedade de suporte familiar	0	6
VI	Testemunha de violência	0	4
VI	Autor ou vítima de violência	0	8
VI	Perda de funcionalidade familiar ou afetiva	0	6
VI	Vulnerabilidade econômica ou ambiental	0	3
VI	Comorbidades ou outra condição cronica associada	0	3
VI	Faixa etária >14 e <18	0	10
VI	Abandono e/ou atraso escolar	0	6

A somatória dos pontos se dará da seguinte forma:

- 0 a 30 pontos: BAIXO RISCO
- 31 a 50 pontos: MÉDIO RISCO
- 51 a 236 pontos: ALTO RISCO



# Plano de Ação

## **Crises emocionais**

Projeto: Realizar levantamento dos casos

Ação esperada: Identificar as causas e definir ações de acordo com o resultado

Recursos necessários: Questionários online para identificar as causas psicológicas

## **Alto índice de portadores de transtornos de saúde mental**

Projeto: Atendimento e acompanhamento psicológico

Ação esperada: Acompanhamento dos casos trazendo assim resultados sólidos de bem estar emocional

Recursos necessários: Contratação de um profissional Psicólogo

## **Capacitação dos gestores em saúde mental**

Projeto: Oferecer um suporte adequado e humanizado no ambiente corporativo

Ação esperada: Desenvolver lideranças com profissional qualificado sobre uma visão mais ampla.

Recursos necessários: Aquisição de materiais e um profissional habilitado para a capacitação



# Formulário de Ação

Será definido os problemas enfrentados de acordo com a importância e urgência de cada caso. Priorizando colaboradores que se enquadrem nos grupos de maior risco e com maior nó crítico, conforme exemplo abaixo:

Nó crítico	Projeto	Resultado esperado	Ação Esperada	Recursos Necessários	Prazo
Crises emocionais	Realizar levantamento dos casos Realizar mapeamento sobre a saúde mental dos colaboradores	Identificar as causas e definir ações de acordo com o resultado	Questionários online para identificar as causas psicológicas	Não necessita de recursos	A ser definido pela empresa
Alto índice de portadores de transtornos de saúde mental	Atendimento e acompanhamento psicológico	Diminuição do absenteísmo e qualidade de vida dos colaboradores	Acompanhamento dos casos trazendo assim resultados sólidos de bem estar emocional através de prevenção, promoção e tratamento, realizando medição do índice de bem estar corporativo, diminuição do absenteísmo e impacto financeiro	Contratação de um profissional Psicólogo	A ser definido pela empresa
Capacitação dos gestores em saúde mental	Oferecer um suporte adequado e humanizado no ambiente corporativo	Bem estar entre colaboradores nas equipes e ambiente com mais saúde emocional	Desenvolver lideranças com profissional qualificado sobre uma visão mais ampla, para que saibam lidar com a saúde mental dos colaboradore	Aquisição de materiais e um profissional habilitado para a capacitação	A ser definido pela empresa
Aderência	Verificar se houve boa aderência e realizar pesquisa de satisfação	Avaliar condições psicológicas mensalmen	Diminuição de atendimentos de casos críticos	Questionários online com pesquisa de satisfação - não necessita de recursos	A ser definido pela empresa
Problemas financeiros	Apoio aos colaboradores	Melhorar a saúde mental e desempenho no trabalho	Programas de educação financeira para os colaboradores	Profissional capacitado ou treinamento via intranet	A ser definido pela empresa
Pontos falhos	Verificar se houve alguma falha no processo	Encontrar pontos a serem melhorados	Incluir novas ideias de melhorias no plano de ação	Avaliação do setor responsável - não necessita de recursos	A ser definido pela empresa





# Monitoramento e Avaliação



## Enquetes e Pesquisas

Monitoramento através de enquetes e pesquisas usando sistema próprio ou Google Forms. o trabalho deverá ser realizado através do Psicólogo e/ ou RH, sem invadir a privacidade dos colaboradores, recolhendo os dados pontuados nos formulários e observando as pontuações



## Diminuição de Atendimentos

Análise da redução nos atendimentos de casos críticos.



## Engajamento

Avaliação do engajamento dos colaboradores nas iniciativas de saúde mental.



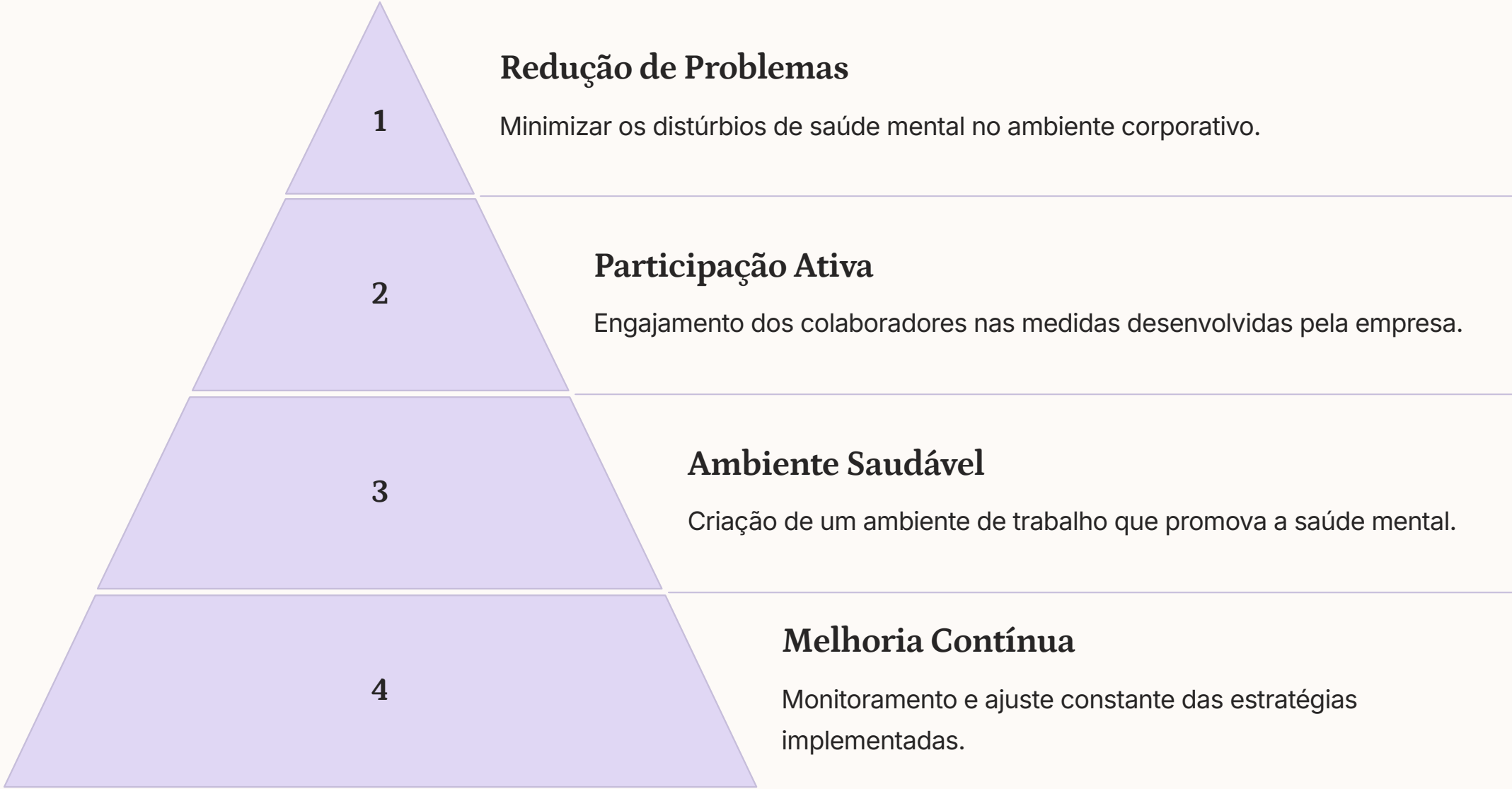
## Satisfação do Colaborador

Pesquisa de satisfação com foco em saúde mental.

### Pontos a serem considerados:

- Sintomas relatados pelo colaborador por meio de avaliações de triagem
- Diminuição dos atendimentos
- Engajamento
- Pontuações de avaliações
- Pesquisa de satisfação do colaborador com foco em saúde mental
- Análises de cuidado e acompanhamento dos atendimentos
- Análise de indicadores como absenteísmo, produtividade e rotatividade para ajudar a avaliar o bem-estar emocional
- Acompanhamento do cronograma de ações com base em quando os programas ou mudanças foram implementados.

# Expectativas



# Conclusão

Espera-se que com a implementação deste plano os problemas de saúde mental sejam reduzidos ao mínimo e os colaboradores tenham a oportunidade de participar nas medidas desenvolvidas pela empresa para melhorar a sua saúde mental, criando um ambiente saudável.