

SAÚDE MENTAL E TRABALHO

Inaiara Kersting

Psicóloga

ina.sm@terra.com.br



SINDICATO DOS AEROVIÁRIOS
DE PORTO ALEGRE



CUT



CNTTLE





TRABALHO – DEJOURS

- Trabalhar é uma forma de ser reconhecido socialmente, de ter sua identidade fortalecida através da visão do outro;
- Trabalho estruturante – aquele em que o trabalhador consegue desenvolver inteligência, criatividade, subjetividade no preenchimento dos espaços entre o que é prescrito pela organização e o realizado efetivamente;
- Se por um lado o trabalho é gerador de sofrimento, ele também constitui o sujeito;
- Vai depender do olhar do outro, do reconhecimento que recebe de seus pares e de seus superiores.



TRABALHO

“Um ambiente de trabalho saudável ainda é privilégio de poucos e muitos trabalhadores permanecem expostos frequentemente aos riscos ocupacionais” (EIJKEMANS, GOELZER, 2004)

➤ De acordo com o Diretor Geral da OIT, Guy Ryder

"O custo final das doenças ocupacionais é a vida humana. Elas empobrecem os trabalhadores e suas famílias e comunidades inteiras podem ser afetadas quando perdem seus trabalhadores mais produtivos“

“...reduz a produtividade das empresas e aumenta a carga financeira do Estado à medida que aumentam os custos de cuidados médicos”



PESQUISA NACIONAL DE SAÚDE

- 4,498 milhões de trabalhadores se acidentaram no trabalho entre 2012 e 2013.
- Doenças profissionais causam 6x mais mortes que acidentes laborais típicos.
- Das 2,34 milhões de mortes por ano relacionadas ao trabalho, a maioria – **2,02 milhões** é causada por doenças.
- Os transtornos mentais são hoje a 2ª causa de afastamento do trabalho no território brasileiro, só perdendo para as Lesões por Esforço Repetitivo (LER), também denominados Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho (DORT).
- Pesquisa recente realizada pela UnB em parceria com o INSS revela que **48,8%** dos trabalhadores que se afastam por mais de 15 dias do trabalho sofrem com algum transtorno mental, sendo a depressão o principal deles.



MAIORIA DOS CHEFES **NÃO** CONSIDERA DOENÇA MENTAL JUSTIFICATIVA PARA AFASTAMENTO DO TRABALHO

- A companhia de seguro saúde britânica AXA PPP Healthcare entrevistou 1.000 gerentes seniores de negócios, diretores-presidentes, diretores executivos e proprietários e 1.000 funcionários de diferentes ramos de atividades.
- 7 em cada 10 chefes (69%) não consideram estresse, ansiedade ou depressão razões válidas para os funcionários se afastarem do trabalho.
- O estudo veio à tona depois do trágico episódio com o piloto da Germanwings Andreas Lubitz, em março de 2015, que fazia tratamento para problemas de saúde mental, e propositalmente derrubou um Airbus A320 matando a si mesmo e outras 149 pessoas depois de esconder a doença do seu empregador.



MAIORIA DOS CHEFES **NÃO** CONSIDERA DOENÇA MENTAL JUSTIFICATIVA PARA AFASTAMENTO DO TRABALHO

1/4 desses gestores admitiu ter sofrido de doença mental em algum ponto da carreira.

Apenas **39%** dos empregados disseram a verdade quando questionados sobre o motivo do afastamento (estresse, ansiedade ou depressão)

Desses,

- ✓ **23%** tinham medo de serem julgados
- ✓ **23%** prefeririam manter seus problemas de saúde em âmbito privado
- ✓ **15%** disseram que tinham medo do chefe não acreditar neles
- ✓ **7%** disseram que temiam a reação de seu gerente direto se ficasse sabendo da verdade.

Quase metade dos funcionários pesquisados acham que seu empregador não leva problemas de saúde mental a sério.





Condições de trabalho

Físicas, químicas e biológicas, vinculadas à execução do trabalho.

Ex. Ruído das esteiras

A organização do trabalho

- Estruturação hierárquica,
- Divisão de tarefa,
- Jornada,
- Ritmo,
- Trabalho em turno,
- Intensidade,
- Monotonia,
- Repetitividade,
- Responsabilidade excessiva,...

Fatores do trabalho que podem gerar ou desencadear distúrbios psíquicos



ELEMENTOS CONSIDERADOS DESENCADEANTES DO PROCESSO DE ADOECIMENTO PSÍQUICO NO TRABALHO

- O trabalho desprovido de significação ou não reconhecido;
- A falta de controle do tempo do trabalho (jornadas longas, turnos alternados ou noturnos);
- A exigência de altos níveis de atenção e concentração para a realização das tarefas;
- Assédio moral e institucional;
- As intoxicações ocupacionais (especialmente metais pesados, gases e solventes);
- Os acidentes de trabalho
- A falta de trabalho (desemprego)

O QUE É ASSÉDIO MORAL?



- Exposição a situações humilhantes e constrangedoras
- Repetitivas e prolongadas durante a jornada de trabalho
- Mais comuns em relações hierárquicas e assimétricas
- Degradação deliberada das condições de trabalho
- Acarreta prejuízos práticos e emocionais para o trabalhador e para a organização.

Fonte: <http://www.assediomoral.org/>



ASSÉDIO MORAL

- O assédio é considerado um “psicoterror” (Leymann,2002)
- A vítima assediada fica totalmente impedida de reagir, ou seja, retira-se o seu senso crítico
- Passa a ser considerado o “funcionário problema”
- “A prática de por o funcionário em quarentena gera mais estresse do que a sobrecarga de trabalho” (Marie France,2001)
- Os Sindicatos, em sua particularidade, têm papel fundamental neste contexto.





Quem são as pessoas mais propensas a sofrer assédio?

- Acidentados
- Reabilitados
- Sindicalizados
- Pertencentes a determinados grupos foco de discriminação por raça, sexo, cor, idade, religião...
- Pessoas que ameaçam real ou “imaginariamente” o posto do chefe, por ex.
- Servidores públicos – Estabilidade
- Pessoas criativas, questionadoras...



ALGUNS SINAIS E SINTOMAS DE DISTÚRBIOS PSÍQUICOS

- ✓ Modificação do humor
- ✓ Fadiga
- ✓ Irritabilidade
- ✓ Cansaço por esgotamento
- ✓ Isolamento
- ✓ Distúrbio do sono
- ✓ Ansiedade
- ✓ Pesadelos com o trabalho
- ✓ Intolerância
- ✓ Descontrole emocional
- ✓ Agressividade
- ✓ Tristeza
- ✓ Depressão
- ✓ Diminuição da libido
- ✓ Abuso de Álcool/Drogas
- ✓ Absenteísmo
- ✓ Ideia de suicídio
- ✓ Tentativa de suicídio



ALGUNS SINAIS E SINTOMAS DE DISTÚRBIOS PSÍQUICOS

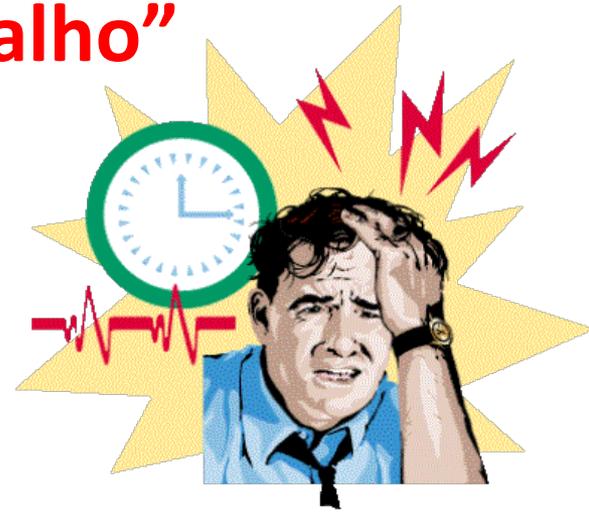
Alguns podem vir acompanhados ou não de sintomas físicos como:

- ✓ Dores (cabeça, corpo,...)
- ✓ Perda do apetite
- ✓ Mal-estar geral
- ✓ Tonturas
- ✓ Náuseas
- ✓ Aumento da pressão arterial
- ✓ Distúrbios digestivos
- ✓ Sudorese
- ✓ Taquicardia
- ✓ Somatizações
- ✓ Conversões



SOFRIMENTO

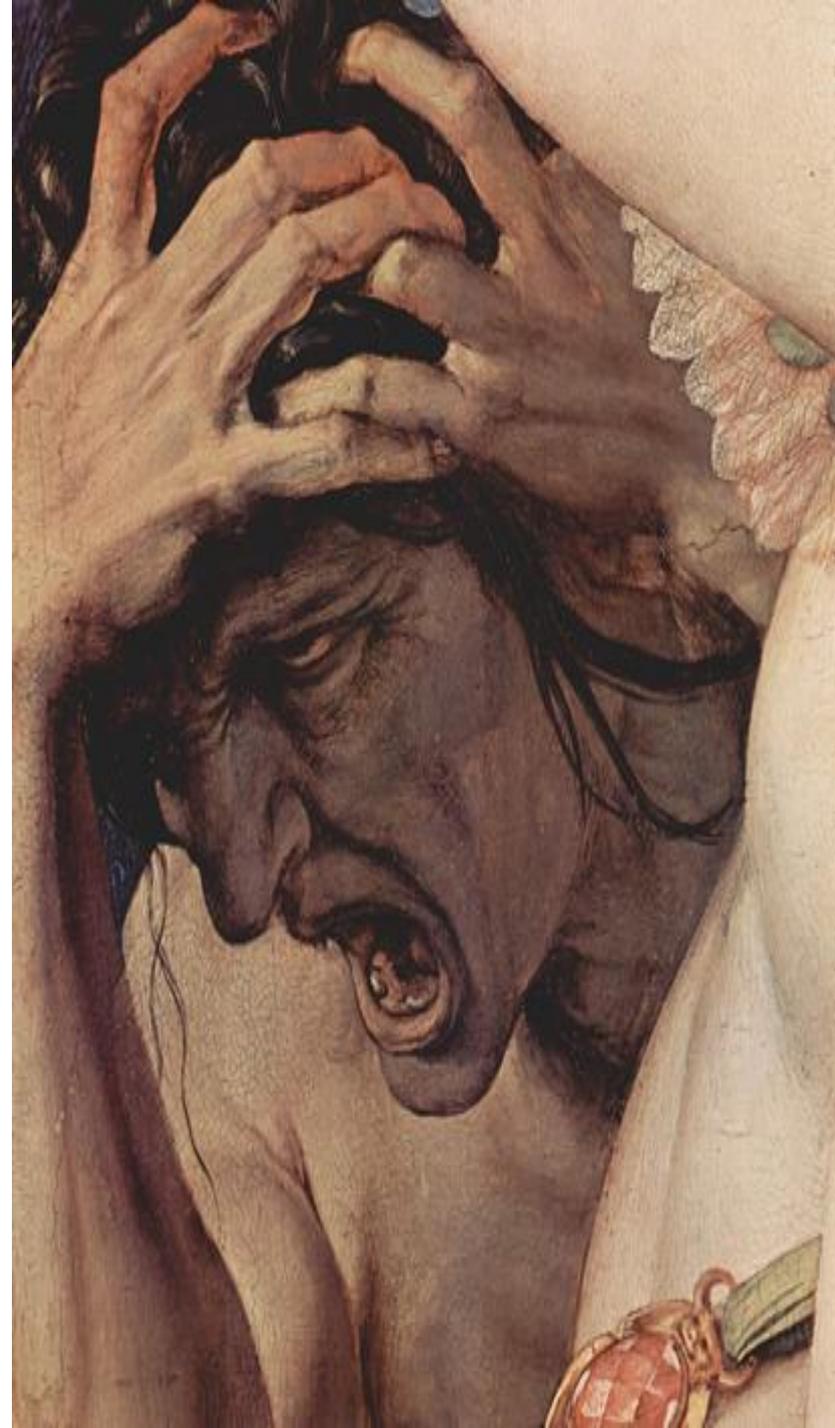
“Uma zona difusa entre a saúde e a doença é um dos conceitos que melhor simboliza as resistências desenvolvidas pelos trabalhadores quando nos referimos às agressões provocadas pela organização do trabalho”



SOFRIMENTO

- O processo de sofrimento psíquico, na maioria dos casos, ocorre de forma silenciosa, invisível.
- Alguns sintomas, mudanças de comportamentos, perturbações no trabalho propriamente dito por exemplo, são sinais de que algo não está bem com a pessoa.
- A percepção destas mudanças indica que o trabalhador deve ser encaminhado para uma avaliação clínica, psicológica.
- ❖ Atenção, Cuidado com os julgamentos!!!

**O SOFRIMENTO NÃO TEM UMA
MANIFESTAÇÃO ÚNICA PARA TODOS
OS INDIVÍDUOS.**



- ❑ O trabalhador está em constante negociação com a organização
- ❑ Quando esse ato de negociar se desgasta, quando o trabalhador já não consegue mais qualificar sua visão dentro da organização, surge o sofrimento.
- ❑ Consequência da insistência do indivíduo em viver em um ambiente que lhe é adverso
- ❑ Grandes diferenças entre o trabalho que é prescrito e aquele que deve ser realizado efetivamente.





NEGOCIAÇÕES, REIVINDICAÇÕES DA CATEGORIA

Aeroporto

Sem prejudicar operações, aeroviários protestam no Salgado Filho, em Porto Alegre

Categoria pede recontração do total de funcionários demitidos da empresa que fazia o serviço de raio X e denuncia pressão e assédio



Por: Zero Hora

🕒 20/05/2016 - 12h44min

Compartilhar





GREVE DOS AEROVIÁRIOS

NÃO **TAP** OS OLHOS.

ES **TAM** OS HUMILHADOS!

CÉU **Azul**  PRA QUEM?

NINGUÉM FAZ **GOOL** SENTADO.

NO JOGO DA VIDA SÓ

Avança

QUEM **LUTA!**

DIA 03/02

PARTICIPE DESSA LUTA!



TRABALHO REAL X TRABALHO PRESCRITO

☰ MENU



RIO GRANDE DO SUL



09/05/2016 09h24 - Atualizado em 09/05/2016 14h20

Aeroviários fazem operação-padrão no Salgado Filho, em Porto Alegre

Trabalhadores que atuam no raio-x reclamam de atraso no pagamento. Operação-padrão chega a provocar filas em alguns momentos.



Porto Alegre

Aeroviários mantêm operação-padrão e voos têm atraso no Salgado Filho

Filas são registradas no início da manhã desta terça-feira



Por: Zero Hora

10/05/2016 - 09h43min

Compartilhar



Operação-padrão causava filas no Aeroporto Salgado Filho no início da manhã desta terça-feira
Foto: Mateus Ferraz / Agência RBS



ASSÉDIO DOS PASSAGEIROS

ASSÉDIO MORAL

Significa:

Menosprezar Fragilizar

Ridicularizar

Humilhar Inferiorizar

Perseguir

Discriminar

Acusar injustamente





Porto Alegre

Sob forte neblina, aeroporto Salgado Filho registra atraso em operações

Terminais fecharam para pousos e decolagens por volta das 5h deste sábado, foram reabertos por 20 minutos, mas voos tiveram de ser suspensos novamente

Por: Felipe Daroit

🕒 25/06/2016 - 06h07min | Atualizada em 25/06/2016 - 11h51min

Compartilhar





BANALIZAÇÃO DO MAL

SILÊNCIO → MEDO → VERGONHA

- Trazer à tona os problemas é assumir que eles existem... E que também posso ser uma vítima.
- Aceitar falar sobre um acidente de trabalho ocorrido no meu setor, por exemplo, é assumir que estou vulnerável.
- Perceber o sofrimento alheio provoca um processo afetivo – “Mexer com nossa emoções”.
- E quem hoje em dia quer se envolver com o outro? Num mundo de relações efêmeras, quem vai tolerar o sofrimento do colega?
- “...Mal consigo resolver meus problemas, quem dirá do outro...”





SILÊNCIO → MEDO VERGONHA →

- Medo de perder o emprego se eu me envolver...
- Medo de ser o próximo alvo caso eu seja testemunha...
- Medo de mexer com minhas emoções... Já tão fragilizadas...
- Medo de tornar visíveis as próprias dificuldades..
- Vergonha de protestar contra alguma situação no meu emprego quando outros nem emprego tem...
- Vergonha de ser visto como fraco, como incompetente... “De não ter dado conta”
- Essa postura de intolerância afetiva e indisponibilidade para o outro gera indiferença para com o seu próprio sofrimento.



REPERCURSÕES DA VIOLÊNCIA NO TRABALHO PARA OS INDIVÍDUOS

- ✓ Estresse e danos a saúde;
- ✓ Redução do bem-estar;
- ✓ Problemas psicológicos;
- ✓ Danos cognitivos na concentração, pensamento e memória;
- ✓ Redução da capacidade para solucionar problemas;
- ✓ Reações de medo e desconfiança;
- ✓ Estresse pós-traumático;
- ✓ Aumento da irritabilidade e retração social;
- ✓ Deterioração das relações socioprofissionais;
- ✓ Ansiedade e Depressão;
- ✓ Isolamento e solidão;
- ✓ Sintomas psicossomáticos como distúrbios gástricos e perda de apetite/náuseas;
- ✓ Dores musculares;
- ✓ Agressividade;
- ✓ Insônia;
- ✓ Apatia;
- ✓ Insegurança;
- ✓ Falta de iniciativa, motivação e criatividade;
- ✓ Aumento do uso de álcool e tabaco;
- ✓ Invalidez;
- ✓ Perda do emprego;
- ✓ Morte.



REPERCURSÕES DA VIOLÊNCIA NO TRABALHO PARA AS ORGANIZAÇÕES

- Aumento do absenteísmo e da rotatividade de pessoal;
- Queda da produtividade e lucratividade;
- Aumento de custos com licença saúde;
- Aumento do número de ações judiciais;
- Redução da eficiência e eficácia;
- Perda na qualidade dos serviços;
- Desgaste na imagem da empresa;
- Redução no número de clientes.



REPERCURSÕES DA VIOLÊNCIA NO TRABALHO PARA A SOCIEDADE

- Custos substanciais para a sociedade;
- Impacto na economia devido:
 - Absenteísmo;
 - Aposentadoria precoce (doença/acidente de trabalho);
 - Ressonância nos familiares e amigos das vítimas.

Soares (2008)



AÇÕES POSSÍVEIS

INDIVIDUAIS



- Diversifique seus interesses
- Não se isole
- Busque ajuda
- Procure seu sindicato
- Em casos de assédio, Denuncie!
- Evite conversar com o agressor sozinho
- Organize dossiês

Quando nos calamos perante pequenas violências a tendência é a naturalização dos assédios e a ampliação da gravidade dessas violências.



AÇÕES POSSÍVEIS

COLETIVAS



- Psicólogos junto às equipes de saúde
- Espaço de acolhimento e escuta das demandas nos sindicatos
- Criatividade para pensar novas ações dentro de cada realidade: grupo de dança, grupo de teatro, grupo de corrida
- Rede de apoio para os afastados

A Solidariedade – fortalecimento dos coletivos e o empoderamento dos sujeitos é essencial para combater o assédio!



CASO AIR SPECIAL

Exemplo de terceirização, precarização do trabalho e assédio moral
(Reportagem ZH 20/05/16)

“Duvido que alguém consiga prestar atenção no que está fazendo no trabalho, o que está passando nas máquinas de raio X, se não tem dinheiro para pagar as contas, para comer. Tem gente que estava trabalhando aos prantos na semana passada no aeroporto”

As terceirizações vêm ocorrendo sem levar em conta o histórico de diversas empresas que desrespeitam direitos trabalhistas e deixam passivos enormes, que precisam ser pagos pela Infraero e pelas cias aéreas.





CASO MINEIA

Medo, dor, tristeza, revolta
- Manifestações genuínas -

- Melhorias no transporte público
- Acesso a estacionamento
- Mais atenção às condições de saúde e segurança dos trabalhadores.



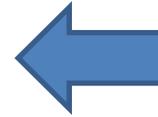


A saúde é um estado de completo bem estar físico, mental e social, e não consiste apenas na ausência de doença ou de enfermidade.

Art.3º

a alimentação,
a moradia,
o saneamento básico,
o meio ambiente,
o trabalho,
a renda,
a educação,
a atividade física,
o transporte,
o lazer e
o acesso aos bens e serviços essenciais

Definição de saúde OMS



Lei 8.080/90
(promoção, proteção e
recuperação)



COMO POSSO PENSAR SAÚDE?

- Como posso aplicar meu conhecimento para gerar saúde?
- Que projetos, ações, posso propor, criar, implantar, fomentar no meu segmento que vai gerar melhor qualidade de vida às pessoas à minha volta?
- Eu enquanto líder proponho ações preventivas de saúde física e mental para minha categoria?



ATUAÇÃO DO SINDICATO

- Pesquisa UFRGS e Sindicato dos Aeroviários de Porto Alegre
- SIPAT /2015 – necessidade de um espaço de acolhimento e escuta
- O Sindicato está disponibilizando para a categoria o serviço de Psicologia do Trabalho.
- Prevenção – evitar que os trabalhadores cheguem ao sindicato somente quando já estão em grave sofrimento ou já adoecidos
- É sabido que as empresas possuem seus canais de apoio aos funcionários...
- No entanto... o trabalho realizado no Sindicato, constitui um espaço de interlocução com profissionais de outras empresas e livre de hierarquias, atuando de forma complementar aos programas já existentes.



PSICOLOGIA DO TRABALHO

OBJETIVOS

- Valorizar o bem estar psicológico a partir da implantação de encontros individuais e grupais no espaço do sindicato;
- Dar suporte em casos emergenciais, oferecendo acolhimento e escuta;
- Instrumentalizar os trabalhadores em questões relacionadas a procedimentos legais e conceituais;
- Realizar os devidos encaminhamentos.



PSICOLOGIA DO TRABALHO

DIAGNÓSTICO

- ✓ Identificação dos pontos críticos
- ✓ Identificação das condições de trabalho
 - ✓ Identificação dos riscos psicossociais
- ✓ Aplicação de instrumentos/Questionários
 - ✓ Análise de documentos e indicadores

ACOLHIMENTO

- Atendimento inicial/Compreensão dos fatos;
- Indicação para os atendimentos em Grupo/Individuais;
- Encaminhamentos para os demais serviços de saúde/Jurídico.



PSICOLOGIA DO TRABALHO

ATENDIMENTOS INDIVIDUAIS

- Este tipo de atendimento está ligado à queixa, conflito ou dificuldade mais imediata do trabalhador, na superação dos sintomas e nos problemas relacionados ao ambiente de trabalho.
- A sessão dura em média 50 minutos.

ATENDIMENTOS EM GRUPOS

- ✓ Possibilita o contato com outros trabalhadores com conflitos e dificuldades semelhantes;
- ✓ Proporciona trocas e fortalecimento dos coletivos;
- ✓ Com base na Psicodinâmica do trabalho, os encontros ocorrerão semanalmente;
- ✓ Média de duas horas de duração cada um.



PSICOLOGIA DO TRABALHO

TEMAS RELEVANTES

- Assédio moral e outros;
- Relações de trabalho;
- Organização do trabalho;
- Metas abusivas;
- Avaliações de desempenho;
- Acidentes de trabalho;
- Adoecimentos/Afastamentos;
- Demais temas.





PSICOLOGIA DO TRABALHO

VISITAS DOMICILIARES

Realizadas quando há impedimento do trabalhador em comparecer ao sindicato, acompanhada de um membro do sindicato.

ACOMPANHAMENTO E REABILITAÇÃO PROFISSIONAL

Esse serviço propõe auxiliar os trabalhadores afastados ou que estão em processo de retorno para o trabalho, de modo a conciliar as necessidades destes às características dos postos de trabalho com as demandas organizacionais e institucionais.



SINDICATO DOS AEROVIÁRIOS TRABALHANDO PARA MELHORAR A QUALIDADE DE VIDA DA CATEGORIA!

SAÚDE MENTAL É COISA SÉRIA!

PARTICIPE!!!

O QUE: GRUPO DE PSICOLOGIA DO TRABALHO

ONDE: SINDICATO DOS AEROVIÁRIOS DE PORTO ALEGRE

QUANDO: TODAS AS 5ª FEIRAS

HORÁRIO: 14H ÀS 15:30

16H AS 17:30

TELEFONE: (51) 3343.4302

PS: Demais horários, faça sua sugestão pelo e-mail: ina.sm@terra.com.br



"Reduzir significativamente a incidência de doença profissional não é simples, pode não ser fácil e não vai acontecer da noite para o dia, mas é certamente possível progredir. É preciso estabelecer – cada um em suas respectivas áreas de responsabilidade – objetivos claros sobre a SST, um roteiro e, o mais importante, atuar e perseverar de maneira que juntos consigamos evitar o avanço da epidemia e progredir nesta dimensão do trabalho decente”

Concluiu Ryder, OIT.



SITE AEROVIÁRIOS

<http://aeroviarios.org.br/>

<https://www.facebook.com/aeropoa/>

ÚLTIMAS NOTÍCIAS H1N1   

 **SINDICATO DOS AEROVIÁRIOS DE PORTO ALEGRE**  

INSTITUCIONAL ▾ NOTÍCIAS ▾ CONVÊNIOS ▾ SERVIÇOS ▾ PUBLICAÇÕES ▾ LEGISLAÇÃO ▾
FALE CONOSCO ▾

GERAL

JUNHO 2, 2016
Estacionar para trabalhar não pode custar tão caro

DESTAQUES
 **Saúde do trabalhador**
Saúde do trabalhador a ser abssa prioridade

Atenção
aeroviários da TAM 
GIPA
Sipat no Salgado Filho será promovida no final de junho

MUITO OBRIGADA
ina.sm@terra.com.br

GERAL

JUNHO 2, 2016  0
Estacionar para trabalhar não pode custar tão caro

Os aeroviários que precisam ir de carro para o trabalho, no Aeroporto Salgado Filho, foram extremamente

JURÍDICO

JUNHO 2, 2016  0
Processo da desaposentação está para ser julgado no STF

A ação para alterar a aposentadoria, conhecida como desaposentação, que definirá se os aposentados que

CHARGES
