

## QUALIDADE DE VIDA E SAÚDE MENTAL DO TRABALHADOR

Gisele da Silva<sup>1</sup>, Helém Bronzon Moreira<sup>1</sup>, Kálita Ramos da Silva<sup>1</sup>, Laudiceia Aguiar Silva<sup>1</sup>, Patrícia Romualdo da Silva<sup>1</sup>, Raquel dos Reis Pereira Gomes<sup>1</sup>, Robson de Araujo Merlo<sup>1</sup>, Shana Ciriaco Benevides de Moraes<sup>1</sup>, Lucas Có Barros Duarte<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Graduandos em Psicologia pela Faculdade Multivix Cariacica.

<sup>2</sup> Docente do curso de Psicologia da Faculdade Multivix Cariacica.

### RESUMO

Segundo dados da OMS, os transtornos mentais e comportamentais estão entre as principais causas de perdas de dias de trabalho no mundo. Os casos leves causam em média perda de quatro dias de trabalho/ano e os graves cerca de 200 dias de trabalho/ano, os transtornos mentais comuns acometem 30% dos trabalhadores ocupados e serão a principal causa de incapacidade até 2020. Além disso, são a terceira causa de benefício previdenciário auxílio-doença no Brasil. (Tatiana Pimenta, 2021). Diante do exposto, procurasse responder à pergunta: Os trabalhadores sabem reconhecer sinais de que algo está errado com seus colegas, os trabalhadores sabem buscar apoio psicológico tanto por vias públicas quanto por vias particulares? Para tanto, busca-se a promoção de evento educacional, através de dinâmicas e palestra onde será explicada a importância da qualidade na saúde mental dos trabalhadores além de orientar quanto às formas de obtenção de apoio psicológico, com o objetivo de informar aos trabalhadores da empresa Premier Temperos acerca de comportamentos que podem indicar necessidade de cuidados com saúde mental. A observação a respeito da importância da realização da temática foi de extrema importância informar e levar consciência para evitar a ocorrência de transtornos e doenças causadas pelo excesso trabalho ou até mesmo a escassez de importância dada ao trabalhador. Por fim, foi levado aos funcionários os meios gratuitos de atendimentos psicológicos e psiquiátricos. Foram também confeccionados cartilhas e uma lembrancinha para cada participante, com um total de 22 (vinte e dois) trabalhadores.

**Palavras-chave:** Saúde mental, Saúde mental no ambiente de trabalho, Transtornos mentais.