

ABRIL VERDE

SAÚDE MENTAL

NO  
TRABALHO



PREFEITURA DE  
VILA VELHA





**PREFEITO MUNICIPAL DE VILA VELHA**

Arnaldo Borgo Filho

**SECRETÁRIA MUNICIPAL DE SAÚDE**

Cátia Cristina Vieira Lisboa

**GERÊNCIA DE VIGILÂNCIA EM SAÚDE**

**VIGILÂNCIA EM SAÚDE DO TRABALHADOR**

**CORDEL**

**SAÚDE MENTAL NO TRABALHO**

**Organização**

Jeanine Pacheco

Patricia Portela

Shirley Geber

Tiago Basilio

**Revisão**

Jeanine Pacheco M. Barbosa

**Versão web**

George Ritchie R. Neves

**ABRIL VERDE - SAÚDE E SEGURANÇA NO TRABALHO**

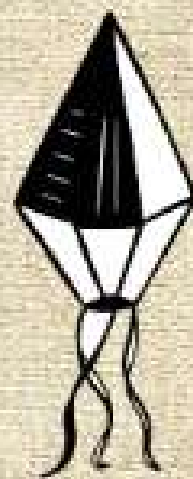
Vigilância em Saúde do Trabalhador - [visat@vilavelha.es.gov.br](mailto:visat@vilavelha.es.gov.br)

**Falar de  
Saúde Mental  
É combater  
o preconceito.**

**Se alguém se  
encontra mal,  
Sempre trate  
com respeito!**



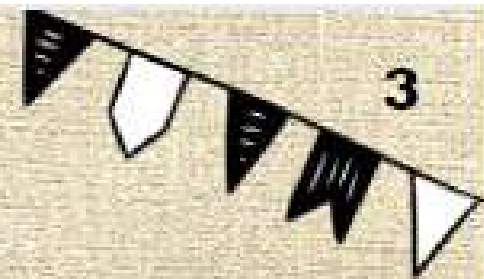
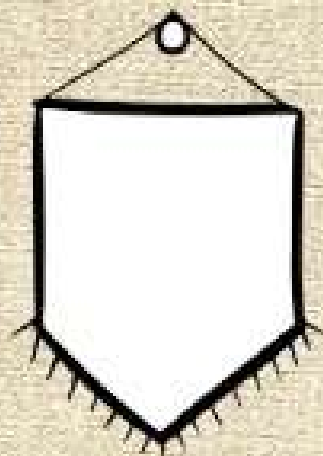
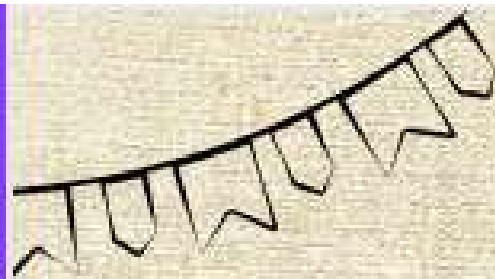
**Busque uma  
rede de apoio.  
Isso é muito  
importante!**



**Eles serão  
seu suporte  
quando a  
situação  
estiver  
alarmante.**







**Ansiedade e Irritação  
Cansaço e tristeza.**

**É necessário  
atenção!  
São sintomas  
com certeza!**





**Você não é  
preguiçoso.  
Você não é  
irresponsável.**

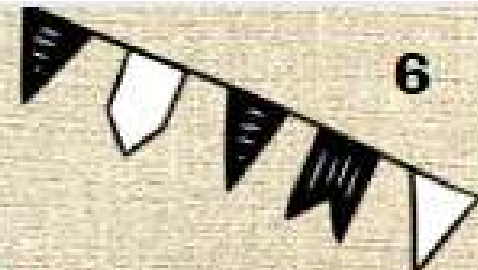
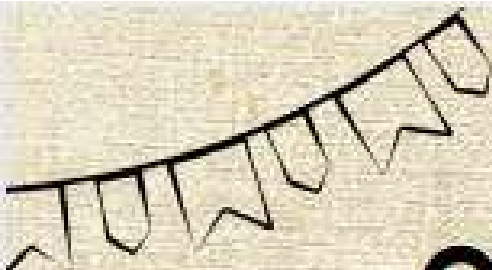
**O que você sente  
é verdadeiro.**

**E a empatia  
é indispensável!**





**Se você se sente um fardo  
Sempre lembre por favor  
Você é importante  
pra quem te ama.  
E sempre terá  
o seu valor!**



**Quem te ama  
quer seu bem.  
Quem te ama  
quer te ajudar.**

**Quem te ama  
vai te acolher.  
Quem te ama  
nunca vai te  
julgar!**





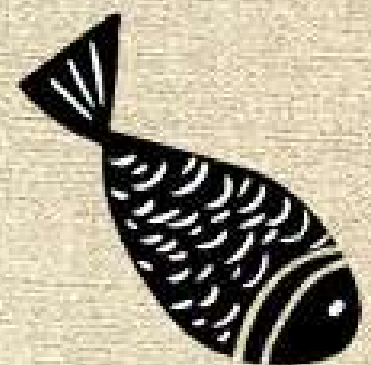


**“Porque sinto  
essas coisas?”**

**Você deve  
se perguntar.**

**“Eu só queria  
ser ‘normal’ ”**

**Mas diversidade  
é o que há!**





**Genéticos, biológicos,  
Sociais e culturais.  
Econômicos, políticos,  
Nutricionais e laborais.**



**Todos esses  
são fatores  
Que podem sua  
saúde abalar**

**OXE**



**Por que se  
sentir culpado?  
Nem tudo dá  
pra controlar.**

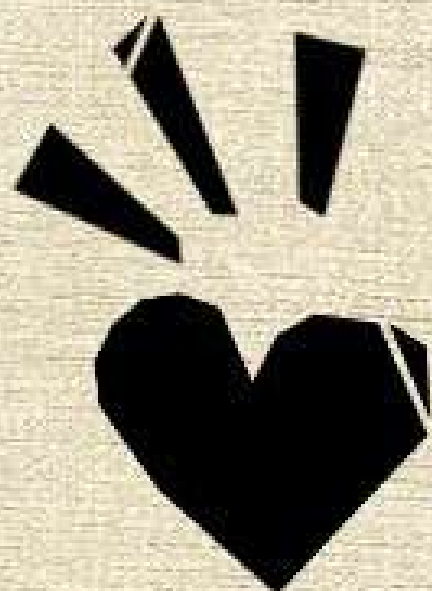
**Lembre sempre  
que o trabalho  
É fator  
determinante.**



**Um ambiente  
saudável  
Deveria ser  
constante!**







**Cuide bem  
da sua saúde  
Não espere  
transbordar.**

**Pra ter  
saúde mental  
no trabalho  
Todos devem  
ajudar!**



**Se adoecido  
mentalmente você se sente,  
não se atormente!  
Isso não te define.  
Procure alguém  
para conversar.  
Siga em frente e  
Não desanime!**

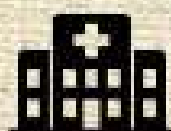




# PROCURE AJUDA!



**Busque a Unidade de Saúde  
referente ao bairro onde você  
mora.**



## **CAPS II - Centro de Atenção Psicossocial**

**ENDEREÇO:** R. Rosa Vermelha, 94 - Novo México

**TEL:** (27) 99228-6588

**HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO:**

segunda a sexta-feira, das 07:30h às 17h horas



## **Centro de Valorização da Vida (CVV)**

**LIGUE 188**



## **Em caso de emergência:**

**SAMU - 192**

**Bombeiros - 193**

**UPA**

**Hospitais**

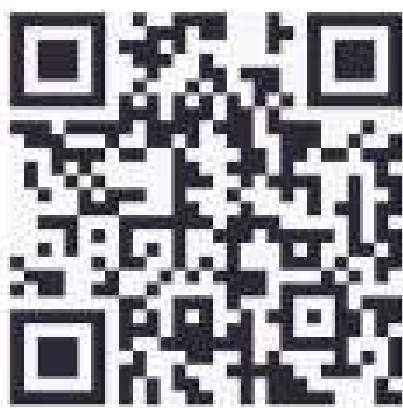


## **Vigilância em Saúde do Trabalhador**

**LIGUE (27) 99248-8508**



**PARA SABER MAIS APONTE A  
CÂMERA DO CELULAR:**



**Quadrinho MPT**



**VÍDEO**







## Você sabe o que é o ABRIL VERDE?

- Movimento criado para a conscientização sobre a segurança e saúde no trabalho.
- Em Abril temos duas datas relevantes, o dia 07 de abril, Dia Mundial da Saúde (OMS) e 28 de abril, (OIT)
- No Brasil, a Lei nº 11.121/2005 instituiu o dia 28 de Abril como o Dia Nacional em Memória das Vítimas de Acidentes e Doenças do Trabalho.
- No Espírito Santo, o Abril Verde foi iniciado em 05 de setembro de 2017, integrando o Calendário Oficial de Eventos do Estado (Lei nº 10.728/2017).
- Em Vila Velha, o Prefeito Arnaldinho Borgo sancionou a LEI Nº 6.926, em 14 de setembro de 2023, instituindo o "Mês Abril Verde" no Calendário Oficial de Eventos do Município.
- EM 2024, O ABRIL VERDE CHAMA ATENÇÃO PARA OS TRANSTORNOS MENTAIS RELACIONADOS AO TRABALHO.



PREFEITURA DE  
**VILA VELHA**





## Você sabe o que é **TRANSTORNO MENTAL** relacionado ao **TRABALHO**?

É todo caso de **sofrimento emocional** que tenha como **elementos causais fatores de risco relacionados ao trabalho**, sejam resultantes da sua organização e gestão ou por exposição a determinados agentes tóxicos.

Pode se manifestar de diversas formas tais como:

- Choro fácil, tristeza, medo excessivo;
- Doenças psicossomáticas;
- Agitação, irritação, nervosismo, ansiedade, taquicardia, sudorese, insegurança;
- sintomas e sinais relativos à cognição, à percepção, ao estado emocional e ao comportamento;
- Pessoas com riscos potenciais à saúde relacionados com circunstâncias socioeconômicas e psicossociais;
- Circunstância relativa às condições de trabalho;
- Lesão autoprovocada intencionalmente.





**SAÚDE MENTAL**

**NO  
TRABALHO**

Os transtornos mentais relacionados ao trabalho são a terceira maior causa de afastamento do trabalho. Vários elementos do ambiente de trabalho podem contribuir para o desenvolvimento ou agravamento de condições pré-existentes, como estresse, pressão por desempenho, desvalorização profissional, assédio moral, assédio sexual, falta de apoio emocional, carga de trabalho excessiva, conflitos entre colegas, falta de estrutura física, calor, frio, barulho, desvio de função, falta de capacitação, baixos salários, entre tantos outros.

É crucial que as empresas estejam atentas a essas questões e promovam ambientes de trabalho saudáveis, oferecendo apoio aos colaboradores. O Transtorno Mental Relacionado ao Trabalho é um agravo de notificação compulsória devendo ser realizada pelos profissionais de saúde.

**VIGILÂNCIA DE SAÚDE DO TRABALHADOR - PMVV**  
**VISAT@VILAVELHA.ES.GOV.BR**



**PREFEITURA DE  
VILA VELHA**

