

EDUCAÇÃO EM SAÚDE MENTAL NAS ORGANIZAÇÕES: REVISÃO DE LITERATURA ESTADO DA ARTE¹

Nayele Brandelero²

¹ Pesquisa realizada na disciplina de Pesquisa em Educação do Programa de Pós Graduação Stricto Sensu em Educação da Universidade Estadual do Centro Oeste - UNICENTRO

² Psicóloga, Mestranda em Educação pela Universidade Estadual do Centro Oeste - UNICENTRO, naya_brandelero@yahoo.com.br - Guarapuava/PR/Brasil

1. INTRODUÇÃO

Sabe-se que os transtornos mentais têm aumentado nos últimos anos, em 2000 a Organização Mundial da Saúde alertou para o aumento das taxas de depressão e suicídio no mundo, sendo que até 2020 a depressão seria a doença mais incapacitante do mundo (OMS, 2002).

As taxas de suicídio também são alarmantes, no mundo uma pessoa comete suicídio a cada 40 segundos, totalizando 800 mil pessoas por ano. No Brasil 32 pessoas se suicidam por dia, sendo que o suicídio está entre as 20 principais causas de morte, ultrapassando câncer de mama, homicídios e mortes em guerras (OMS, 2006).

Esses dados refletem nos afastamentos dos trabalhadores, visto que os afastamentos no INSS por transtornos de ansiedade e depressão aumentaram consideravelmente (BATISTA JUNIOR e VILLATORE, 2017).

Apesar da compreensão científica a respeito da importância do cuidado em saúde mental, como forma de manter a saúde como um todo, as doenças e transtornos mentais ainda são vistos com muito preconceito, o que faz com que muitas pessoas desconheçam formas de prevenção e até mesmo de tratamento, sentindo-se muitas vezes receosos em procurar ajuda profissional.

A partir do exposto, bem como do estigma e preconceito vinculado à saúde mental, torna-se importante trazer a temática à tona como forma de desmistificar os transtornos mentais e compreender a saúde mental como parte integrante da saúde como um todo, ou seja, é preciso haver a aprendizagem sobre este tema tão pouco abordado na sociedade.

Para isso, surge a proposta de educação para a saúde, que segundo Candeias (1997) refere-se às combinações de aprendizagem e ações que conduzem à saúde.

Dias *et al* (2004) também afirmam que a educação para a saúde deve facilitar as práticas

de comportamento saudável, sendo um instrumento para alcançar os objetivos da promoção da saúde.

Diante do exposto, percebe-se que há inúmeras campanhas e atividades relacionadas à educação em saúde com diversas temáticas, como por exemplo, saúde da mulher, saúde do homem, tabagismo, etc. No entanto, a abordagem em saúde mental é escassa, o que reafirma a visão rotulada e preconceituosa em relação aos cuidados com os aspectos emocionais. Pode-se perceber isso no levantamento bibliográfico sobre o tema, cuja explanação se dará a seguir.

Prado e Bressan (2016) discorrem sobre a importância de transformar os preconceitos relacionados aos transtornos mentais em conhecimento. Para isso, destacam a educação em saúde mental, que possibilita a compreensão e diferenciação dos estados de normalidade e de transtornos, combatendo o estigma relacionado às questões mentais e emocionais.

Sobre as propostas de educação em saúde mental, destaca-se as campanhas brasileiras, ainda recentes, mas que abordam tal temática, como o *Janeiro Branco*, nascida das mãos de psicólogos em Uberlândia em 2014 que contagiou o Brasil todo desde 2016, cuja proposta gira em torno da luta por Saúde Mental. Também existe a campanha Setembro Amarelo, voltada para a prevenção do suicídio com o tema: falar é a melhor solução (SETEMBRO AMARELO, 2019).

Ter campanhas próprias para Saúde Mental é um grande avanço e mostra a importância de trabalhar tais questões na atualidade. O que se percebe é que tais campanhas muitas vezes abordadas no âmbito da saúde e escola são deixadas de lado no ambiente organizacional.

No entanto, sabe-se que o ambiente de trabalho é o local onde o trabalhador passa a maior parte do dia, sendo que o trabalho reflete diretamente na saúde do trabalhador, em 2017 em comemoração ao Dia Mundial da Saúde Mental, lembrado em 10 de outubro, cujo tema de 2019 foi a Saúde mental no Trabalho, a OMS destacou que “as empresas podem adotar intervenções como parte de uma estratégia integrada de saúde e bem-estar que inclua prevenção, identificação precoce, apoio e reabilitação” (ONU, 2017, s/p).

Tendo em vista este apontamento e também a importância da educação em saúde mental para os estudos na área organizacional e da saúde do trabalhador, a presente pesquisa tem o objetivo de realizar uma revisão de literatura denominada estado da arte, que visa mapear e discutir a produção acadêmica que aborda a educação em saúde mental, especialmente voltada para o trabalho. Dessa forma, analisou-se artigos, tese e

dissertações produzidas entre os anos de 2014 e 2019.

2. METODOLOGIA

O presente estudo é uma revisão bibliográfica denominada estado da arte, realizada entre os meses de setembro a novembro de 2019.

Inicialmente realizou-se o processo de busca de artigos, dissertações e teses nas seguintes bases de dados: Scielo (Scientific Electronic Library Online), que permite consultar catálogos de periódicos nacionais, Google Acadêmico, que é uma ferramenta que permite pesquisar trabalhos acadêmicos, direcionando-os para os periódicos, Catálogo de Teses e Dissertações da Capes, que disponibiliza consulta online de teses e dissertações produzidas no Brasil, fornecidas pelas instituições de pós-graduação e o Banco de Dissertações e Teses do Mestrado e Doutorado em Psicologia da Universidade Federal do Paraná, que possui uma linha de pesquisa voltada para Educação e Trabalho.

Ressalta-se que foi necessário utilizar três descritores na busca para abranger a especificidade da temática da pesquisa, sendo eles: “Educação em Saúde Mental nas Organizações”, “Educação em Saúde Mental” e “Saúde Mental do Trabalhador”.

Destaca-se que foram filtrados trabalhos nacionais, publicados entre 2014 e 2019.

Após as buscas de todos os descritores em cada base de dados, já com os filtros mencionados acima, foram excluídos os artigos duplicados e que não estavam disponíveis para acesso na íntegra. Em seguida, procedeu-se a leitura dos resumos, analisando se abrangiam a temática educação em saúde mental, especialmente voltada ao trabalho.

Na etapa seguinte, os trabalhos selecionados foram lidos na íntegra e analisados individualmente aqueles que abordavam a educação em saúde mental através de projetos de intervenção.

3. RESULTADOS

No total das buscas foram identificados 80 trabalhos, sendo divididos de acordo com os descritores conforme exposto a seguir.

Com o descritor *Educação em Saúde Mental nas Organizações* não foi encontrado nenhum trabalho em nenhuma das bases de dados pesquisadas.

Com o descritor *Educação em Saúde Mental* foi encontrado um total de 10 pesquisas, sendo 1 no Scielo e 9 no Google Acadêmico, porém, após a leitura dos resumos

selecionou-se 4 artigos, visto que cinco abordavam a questão da formação do enfermeiro para educação em saúde mental e o outro a educação em saúde mental para estudantes universitários.

Com o descritor *Saúde Mental do Trabalhador*, encontrou-se 70 pesquisas, sendo 3 artigos no Scielo, 36 artigos no Google Acadêmico, 30 no Catálogo de Teses e Dissertações da CAPES e 1 no Acervo digital de Dissertações e Teses da UFPR – Mestrado e Doutorado em Psicologia.

Destaca-se que os 3 artigos do Scielo foram excluídos após leitura dos resumos por abordar a assistência à saúde mental do trabalhadores no SUS. Em seguida, 27 artigos do Google Acadêmico foram excluídos por abordarem em sua maioria a questão do impacto do trabalho na saúde mental. Das 30 pesquisas encontradas no Catálogo de Teses e Dissertações da CAPES, 15 foram excluídas por não estarem disponíveis na íntegra e 5 por abordarem o impacto das doenças mentais relacionadas ao trabalho. A pesquisa encontrada no Acervo digital de Dissertações e Teses da UFPR – Mestrado e Doutorado em Psicologia também foi excluída por abordar as implicações do afastamento do trabalhador.

Dessa forma, restaram 23 pesquisas que em algum momento abordam a questão da educação em saúde mental e/ou saúde mental do trabalhador com o foco na prevenção.

Para ilustrar o que foi explanado, a seguir apresenta-se um quadro que identifica o número de pesquisas selecionadas e a porcentagem em cada base de dados de acordo com os três descritores utilizados.

Percebe-se que a maior parte das pesquisas selecionadas (82,60%) foram encontradas com o descritor *Saúde Mental do Trabalhador*, sendo em sua maioria Dissertações (7) e Teses (3) e outros 9 artigos encontrados no Google Acadêmico, abrangendo 19 das 23 pesquisas selecionadas, sendo que as outras 4 são artigos que abordam a questão da educação em saúde mental.

Quadro 1: Número de pesquisas sobre saúde mental do trabalhador

TEMAS DESCRITORES	SCIELO	ACADÊMICO	CAPES	UFPR	TOTAL	%
Ed. em Saúde Mental nas Organizações	0	0	0	0	0	0%
Educação em Saúde Mental	0	4	0	0	4	17,40%

Saúde Mental do Trabalhador	0	9	10	0	19	82,60%
TOTAL	0	13	10	0	23	

Fonte: elaborado pela autora

Destaca-se ainda, que das 23 pesquisas selecionadas, 13 são artigos e 10 Dissertações e Teses, publicadas conforme mostra o quadro a seguir, percebe-se que a maior parte das pesquisas foram realizadas entre os anos de 2015 e 2016.

Quadro 2: Tipos de Pesquisa sobre saúde mental do trabalhador

TIPOS PESQUISAS	2014	2015	2016	2017	2018	2019	Total Geral	%
Artigos	4	3	3	2	1	0	13	57%
Dissertações e Teses	0	3	3	1	3	não consta	10	43,00%
Total Anual	4	6	6	3	4	0	23	
%	17,40%	26,08%	26,08%	13,04%	17,40%	0%		

Fonte: elaborado pela autora

Após a apresentação dos resultados, a seguir será explanado a análise feita pela autora.

4. ANÁLISE DOS RESULTADOS E DISCUSSÃO

Inicialmente vale destacar que será realizada uma breve análise das pesquisas divididas segundo os descritores utilizados na busca. Após, apresenta-se a análise segundo o delineamento e temática e por fim, analisa-se individualmente as 6 pesquisas que propõe projeto de intervenção, sendo estas as que mais se aproximam da proposta de pesquisa da autora.

4.1 Descritor 1: Educação em Saúde Mental nas Organizações

Não foi encontrado nenhum estudo através desse descritor, o que pode-se pensar é que quando se trata de educação em saúde mental, ela deve ser realizada por profissionais da

saúde mental, sobretudo psicólogos. No entanto, sabe-se que há poucos psicólogos nas empresas e quando há, estão voltados para o setor de Recursos Humanos, trabalhando com recrutamento e seleção de pessoal. Tal situação pode estar ligada ao fato de que os próprios currículos dos cursos de Psicologia não voltam as disciplinas de Psicologia do Trabalho/Organizacional para o cuidado em saúde mental, mas sim para a parte organizacional da empresa.

4.2 Descritor 2: Educação em Saúde Mental

Das 4 pesquisas selecionadas com este descritor, 3 são artigos publicados em Revistas de Educação, as 3 pesquisas propõe projetos de intervenção para educação em saúde mental nas escolas, as 3 pesquisas referenciam o livro “Saúde Mental na Escola: o que os educadores devem saber” de Estanislau e Bressan, 2014, e o Plano Nacional de Saúde Mental 2007-2016.

Por fim, uma das pesquisas foi publicada em uma Revista de Psicologia e aborda a educação em saúde mental na formação de psicólogos.

4.3 Descritor 3: Saúde Mental do Trabalhador

Das 19 pesquisas selecionadas, 10 são teses e dissertações e 9 são artigos, para melhor compreensão, a análise será feita de forma dividida de acordo com o tipo de publicação.

4.3.1 Teses e Dissertações

Das 10 teses e dissertações selecionadas, 4 são na área da Psicologia, e as outras em áreas diversas, tal como direito, enfermagem, etc.

Destaca-se que 5 das 10 pesquisas abordaram o adoecimento de professores e profissionais da saúde, sobretudo servidores públicos.

É importante frisar que 7 das 10 pesquisas são quantitativas, epidemiológicas que avaliam e investigam o perfil e a prevalência de afastamento por transtorno mental, ou seja, apesar de trazerem a importância do olhar para a saúde mental, não abordam a questão da prevenção.

Somente 3 das 10 pesquisas são qualitativas, as 3 utilizaram de entrevista semi-estruturada com análise categorial para compreender a psicodinâmica do adoecimento no trabalho.

4.3.2 Artigos

Dos 9 artigos seleccionados, 7 foram publicados em revistas de saúde e saúde ocupacional, sendo que 6 foram elaboradas por psicólogos e 3 por médicos.

Destaca-se que 4 são pesquisas qualitativas e abordam a prevenção, apresentando projetos de intervenção tais como: plantão psicológico e grupos, apresentando ótimos resultados no ambiente de trabalho, tais como menos afastamentos e fortalecimento psíquico.

Os demais abordam as situações que geram adoecimento, bem como as consequências do adoecimento mental para o trabalhador, sendo pesquisas quantitativas.

Uma das pesquisas fala sobre a formação do psicólogo e a dificuldade da profissão no âmbito organizacional.

Ressalta-se ainda, que 6 das 9 pesquisas citam Dejours, que é um pesquisador da vida psíquica no trabalho.

4.4 Delineamento e Temática das Pesquisas Seleccionadas

Em continuidade das análises, a seguir, o quadro 3 apresenta a divisão das pesquisas segundo seu delineamento.

Quadro 3: Delineamento das pesquisas sobre saúde mental do trabalhador

DELINEAMENTO	TOTAL	TESES E DISSERTAÇÕES	ARTIGOS
PESQUISAS QUANTITATIVAS	13	7	6
PESQUISAS QUALITATIVAS	10	3	7

Fonte: elaborado pela autora

Por fim, o quadro a seguir apresenta a divisão das pesquisas seleccionadas de acordo com a temática:

Quadro 4: Temática das pesquisas sobre saúde do trabalhador

TEMÁTICA	TOTAL	%
PESQUISAS EPIDEMIOLÓGICAS	16	69,57%

PESQUISAS PREVENÇÃO	7	30,43%
---------------------	---	--------

Fonte: elaborado pela autora

Percebe-se que a maioria das pesquisas são pesquisas epidemiológicas, que buscam analisar o perfil e a prevalência de afastamentos por transtorno mental, sendo poucas pesquisas voltada para a prevenção do adoecimento mental no trabalho.

Em relação a isso, das 7 pesquisas que abordam a prevenção em saúde mental, 6 apresentam projetos de intervenção de educação em saúde mental, sendo 3 projetos realizados em escolas e 3 em empresas.

Dos projetos realizados em escolas cita-se os seguintes trabalhos:

“Roda de conversa com crianças sobre suicídio: uma proposta de educação em saúde mental” (CUNHA, 2018), que propõe em seu trabalho, uma roda de conversa sobre saúde mental na escola como metodologia eficaz em trabalhar os aspectos mentais e debater o tema suicídio, sendo este um fenômeno social, carregado de representações e tabus, é necessário desmistificar tal fenômeno e permitir que as pessoas expressem suas crenças a respeito.

Outro trabalho interventivo realizado em escola é o trabalho de Nascimento e Schetinger (2016) intitulado “Folder educativo como estratégia de promoção e prevenção em saúde mental: possibilidades teórico-metodológicas”, em que os autores ao discutirem a escassez de campanhas voltadas à saúde mental, especialmente de materiais para a educação em saúde mental, elaboraram um folder para ser trabalhado na escola. Os autores afirmam que a escola deve ter um olhar comprometido emocionalmente com o aluno, ajudando-o a enfrentar as vulnerabilidades e desenvolver seu potencial emocional. Tais temas podem ser abordados em diferentes disciplinas, pode ser trabalhado em temas transversais, em qualquer período do ano.

O último trabalho de intervenção em escola é o trabalho de Prado e Bressan (2016) intitulado: “O Estigma da Mente: Transformando o Medo em Conhecimento”. neste trabalho, os autores citam o projeto Cuca Legal, em que uma equipe interdisciplinar vinculada à Universidade Federal de São Paulo (UNIFESP) desenvolve estratégias educativas para promover a saúde mental nas escolas. Os autores citam que essa é uma “abordagem inovadora no Brasil está direcionada para o suporte e o empoderamento dos educadores e dos demais profissionais vinculados ao contexto escolar” (p.108).

Por fim, apresenta-se os 3 trabalhos interventivos realizados em empresas:

“Prevenção do Adoecimento Psíquico do Trabalho”, em que Camargo (2014) aponta as dificuldades vivenciadas como médico Psiquiatra dentro da empresa, como por exemplo, os preconceitos relacionados aos transtornos mentais. Ele aborda os fatores de riscos psicossociais no ambiente de trabalho e a importância da prevenção primária, cujo objetivo é:

eliminar os fatores de risco ou causais antes que se desenvolva a doença. Ela deve ser estabelecida por meio de uma abordagem educativa e reguladora. Os exemplos gerais são essas campanhas de saúde pública, esclarecimentos sobre transtornos mentais e alguns cuidados que temos nas doenças psiquiátricas ou mentais gerais, como dar atenção especial a grupos de alto risco, por exemplo, usuários de drogas, pessoas com probabilidade a situações psicóticas (p.161).

O autor ainda aponta a importância de haver um programa voltado para a qualidade de vida do trabalhador na empresa, com ações que inibam o agravamento de transtornos mentais e diminuam o absenteísmo. Ele afirma que em suas práticas, avalia todos os atestados dos trabalhadores, para estudar o perfil de adoecimento. Em seguida fornece apoio ao trabalhador através de uma equipe multidisciplinar, que também acompanha o retorno do trabalhador afastado.

Camargo (2014) ressalta a necessidade de campanhas educativas que esclareçam sobre os transtornos mentais, combatendo o estigma a ela relacionado, abordando os aspectos preventivos.

Outro trabalho interventivo voltado para a promoção da saúde mental dentro da empresa é o trabalho de Couto (2018), denominado “Plantão Psicológico: uma possível intervenção na promoção de saúde mental do trabalhador”. Nesse trabalho, a autora traz um relato de experiência da prática de estágio supervisionado do curso de Psicologia com a implantação de um Plantão Psicológico para funcionários em uma instituição de saúde.

O plantão psicológico é um espaço de escuta, voltado especialmente para um momento de urgência psicológica, “cujo objetivo é favorecer o alívio da angústia ou ansiedade imediata, a fim de promover um acolhimento respeitoso e empático” (COUTO, 2018, p.11). No trabalho realizado pela autora, ela aponta que os atendimentos foram realizados sem agendamento prévio, por livre e espontânea vontade e o trabalhador poderia voltar ao atendimento sempre que sentisse necessidade.

Couto (2018) relata que como era um trabalho inédito dentro da instituição, a equipe

encontrou bastante resistência por parte dos funcionários, recebendo tratamento hostil e até mesmo falas preconceituosas em relação ao serviço de psicologia, tal como: “isso é para pessoas fracas” (p.12). Dessa forma, foi necessário inicialmente um intenso trabalho de divulgação para romper os estigmas e abordar a importância da saúde mental do trabalhador.

Por meio disso, os trabalhadores aderiram ao serviço de Plantão Psicológico que segundo a autora:

pode contribuir para uma significativa melhora na qualidade de vida dos trabalhadores, visto que possibilitou um espaço de escuta e acolhimento capaz de auxiliar a pessoa a construir estratégias, com recursos de enfrentamento das adversidades vividas, modificando seu cotidiano, suas relações e com capacidade de decidir sobre novas situações nos diversos âmbitos de sua vida: profissional, pessoal e social (COUTO, 2018, p.2).

Por fim, apresenta o trabalho “Conversando sobre desgaste mental no trabalho e suas possibilidades de enfrentamento: uma experiência no serviço público municipal de Guarulhos” de Lembo, Oliveira e Carreli (2016). As autoras relatam a experiência no campo da saúde mental realizada por uma equipe de psicologia para os servidores municipais de Guarulhos. Elas destacam que foi realizado um trabalho de acolhimento em grupos de pessoas que associam seu desgaste mental ao trabalho. O grupo denominado *Desgaste mental e enfrentamento ao sofrimento psíquico no trabalho*, permitiu “identificar vivências de trabalho mais prazerosas e suportes psíquicos no enfrentamento de situações de sofrimento” (p.6), bem como gerar conhecimento a respeito da saúde mental.

Em relação a isso, as autoras apontam a importância de sensibilizar empresas para o trabalho voltado para a saúde mental do trabalhador.

5. CONCLUSÕES

Diante do crescente número de transtornos mentais, evidenciados especialmente no ambiente de trabalho através dos afastamentos, bem como o aumento das taxas de suicídio no Brasil e no mundo, percebe-se a importância de abordar o tema saúde mental através da educação em saúde.

Sabe-se que a educação está em todos os processos sociais, não apenas na escola através da educação formal, sobre isso, destaca-se também que a saúde mental é um campo de produção de saber, que tem um caráter interdisciplinar, podendo ser trabalhada não apenas na saúde.

Frisa-se ainda, que para lutar por políticas públicas, assegurar direitos no campo da saúde mental, precisa haver apropriação do saber, sendo necessário capacitar comunidades e indivíduos por meio da informação, assim, a educação em saúde mental é um meio de informar e capacitar as pessoas para a prevenção de transtornos mentais e tratamento adequado quando necessário.

A pesquisa realizada, mapeou os estudos feitos nos últimos cinco anos que abordam a questão da educação em saúde mental, sobretudo no ambiente de trabalho, com isso, percebeu-se a escassez de investigações sobre a saúde mental do trabalhador, especialmente pela invisibilidade das doenças mentais na sociedade.

Percebeu-se ainda, que a preocupação com os aspectos emocionais do trabalhador é deficitária, sendo que a maioria das pesquisas voltadas para o assunto abordam apenas a epidemiologia das doenças mentais, enfatizando a quantidade e motivos dos afastamentos, sem mencionar ações voltadas para a prevenção.

Diante do exposto, torna-se importante avançar nos debates e trabalhar a promoção e prevenção e não somente a recuperação, promovendo na sociedade uma cultura que valorize a saúde mental.

6. PALAVRAS-CHAVE: Educação para a Saúde; Saúde Ocupacional; Saúde Mental do Trabalhador.

7. REFERÊNCIAS

BATISTA JUNIOR, E. E. K.; VILLATORE, M. A. C. Aspectos psicossociais no meio ambiente de trabalho e prevenção da saúde mental do trabalhador. **Revista TRT**, vol. 7, nº64, 2017, p. 45-52. Disponível em: <https://juslaboris.tst.jus.br/bitstream/handle/20.500.12178/124653/2017_batista_jr_ernesto_aspectos_psicossociais.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Acesso em: Novembro, 2019.

CAMARGO, D. A. A Prevenção do Adoecimento Psíquico do Trabalho. **Revista TST**, vol.80, nº1, Brasília, jan-mar 2014. Disponível em: <https://juslaboris.tst.jus.br/bitstream/handle/20.500.12178/61238/013_camargo.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Acesso em: Novembro, 2019.

CANDEIAS, N. M. F. Conceitos de educação e de promoção em saúde: mudanças individuais e mudanças organizacionais. **Revista de Saúde Pública**. São Paulo, v. 31,

n.2, p. 209-213, abril 1997. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rsp/v31n2/2249.pdf>>. Acesso em: Novembro, 2019.

COUTO, A. L. Plantão Psicológico: uma possível intervenção na promoção de saúde mental do trabalhador. **Psicologia.pt O portal dos Psicólogos**. 2018. ISSN 1646-6977. Disponível em: <<https://www.psicologia.pt/artigos/textos/A1331.pdf>>. Acesso em: Novembro, 2019.

CUNHA, J. R. F. Roda de conversa com crianças sobre suicídio: uma proposta de educação em saúde mental. **Revista Brasileira de Educação e Cultura**. Nº XVIII, 2018, p.17-31. Disponível em: <<http://periodicos.cesg.edu.br/index.php/educacaoecultura/article/view/431/581>>. Acesso em: Novembro, 2019.

DIAS, M. R. *et al.* Promoção da saúde: o renascimento de uma ideologia? **Análise Psicológica**. V.3, n.XXII, p. 463-473, 2004. Disponível em: <<http://www.scielo.mec.pt/pdf/aps/v22n3/v22n3a04.pdf>>. Acesso em: Novembro, 2019.

LEMBO, A. P.; OLIVEIRA, A.P.; CARRELI, E. Conversando sobre desgaste mental no trabalho e suas possibilidades de enfrentamento: uma experiência no serviço público municipal de Guarulhos. **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**, vol. 41, nº12, 2016. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rbso/v41/2317-6369-rbso-41-e12.pdf>>. Acesso em: Novembro, 2019.

NAÇÕES UNIDAS BRASIL. **OMS: EMPRESAS DEVEM PROMOVER SAÚDE MENTAL DE FUNCIONÁRIOS NO AMBIENTE TRABALHO**. ONU NO BRASIL. 10/10/2017. DISPONÍVEL EM: <<HTTPS://NACOEUNIDAS.ORG/OMS-EMPRESAS-DEVEM-PROMOVER-SAUDE-MENTAL-DE-FUNCIONARIOS-NO-AMBIENTE-TRABALHO/>>. ACESSO EM NOVEMBRO, 2019.

NASCIMENTO, C. A. M.; SCHETINGER, M. R. C. Folder educativo como estratégia de promoção e prevenção em saúde mental: possibilidades teórico-metodológicas. **Revista Interfaces da educação**, vol.7, nº 20, Paranaíba, 2016. p.195-2010. Disponível em: <<https://periodicosonline.uems.br/index.php/interfaces/article/view/999/1104>>. Acesso em: Novembro, 2019.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE – OMS. Saúde Mental: nova concepção, nova esperança. **Relatório Mundial da Saúde**. Lisboa, 2002. Disponível em: <https://www.who.int/whr/2001/en/whr01_djmessage_po.pdf>. Acesso em: Novembro, 2019.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE – OMS. **Prevenção do Suicídio: um recurso para conselheiros**. Genebra, 2006. Disponível em: <https://www.who.int/mental_health/media/counsellors_portuguese.pdf>. Acesso em: Novembro, 2019.

PRADO, A. L.; BRESSAN, R. A. O Estigma da Mente: Transformando o Medo em Conhecimento. **Revista de Psicopedagogia**. Vol. 33, nº100, 2016, p.103-109. Disponível em: <<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/psicoped/v33n100/12.pdf>>. Acesso em: Novembro, 2019.

SETEMBRO AMARELO. Disponível em: < <https://www.setembroamarelo.com/>> Acesso em Novembro, 2019.