



**Universidade Federal do Espírito Santo
Pró-Reitoria de Gestão de Pessoas
Departamento de Desenvolvimento de Pessoas**

Palestra de saúde mental: a dor invisível

Carga Horária: 1h30min

Período e locais de realização:

- 23/10, de 15 às 16h30min - Goiabeiras (DDP);
- 26/10, de 15 às 16h30 - Maruípe (Auditório do CCS)

Nº de vagas: 100 por turma

FACILITADOR:

Nome: KALLEN DETTMANN WANDEKOKEN

Titulação/ Função: Doutora em Saúde Coletiva/ Professora Adjunta II do Departamento de Enfermagem

OBJETIVOS:

Gerais:

Sensibilizar os servidores quanto à importância do saber em saúde mental, de forma a desmitificar estigmas e preconceitos e, assim, auxiliar na prevenção e busca precoce de tratamento.

Específicos:

Dialogar sobre a temática de saúde mental, com enfoque nas demandas mais frequentes como ansiedade, depressão e risco de suicídio;

Potencializar as reflexões direcionadas a redução do estigma/preconceito em relação as demandas de saúde mental;

Construir, junto aos participantes, possibilidades de prevenção ao sofrimento em saúde mental no ambiente de trabalho.

EMENTA:

Saúde mental e trabalho. Ansiedade. Estresse ocupacional. Depressão. Risco de suicídio. Prevenção. Possibilidades de tratamento.

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO:

- Saúde mental e trabalho: contextualização; dados alarmantes; mitos/estigmas; desafios;
- Ansiedade, depressão e risco de suicídio: o que é, possíveis causas e sintomas;
- Prevenção em saúde mental: quem cuida da mente, cuida da vida;
- Possibilidades de tratamento: acolhimento e rede de apoio.



**Universidade Federal do Espírito Santo
Pró-Reitoria de Gestão de Pessoas
Departamento de Desenvolvimento de Pessoas**

METODOLOGIA:

A palestra será conduzida de forma dialógica com os participantes, a partir do uso de recursos como música, relatos e figuras.

BIBLIOGRAFIA BÁSICA:

AMARANTE, P. (Org.) **A loucura da história**. RJ: Fiocruz, 2000.

BRANDÃO, M.L.; GRAEFF, F. G. **Neurobiologia dos transtornos mentais**. São Paulo: Atheneu, 2014.

VIDEBECK, S. L. **Enfermagem em Saúde Mental e Psiquiátrica**. 5 ed. Artmed, 2012.