



## Refletindo na APAED: autocuidado e saúde mental

### Autor(es)

Heron Flores Nogueira

Milca Secundino Dos Santos

Hacsa Rocha Ferreira Novais

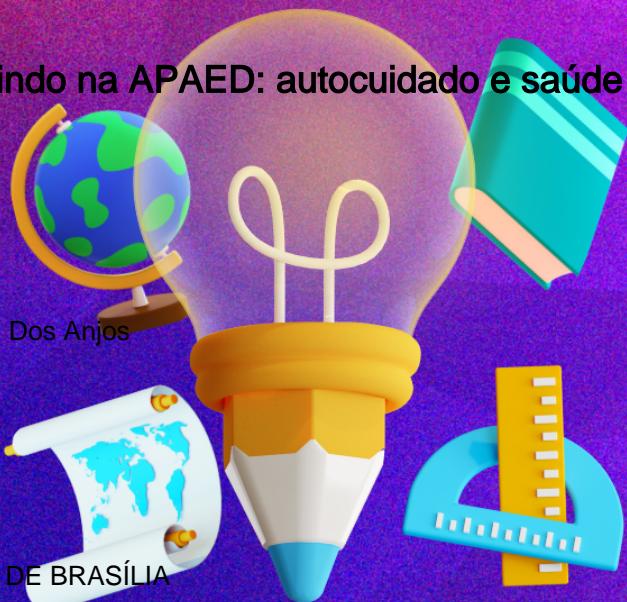
Jucivane Barbosa De Santana Dos Anjos

### Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

### Instituição

FACULDADE ANHANGUERA DE BRASÍLIA



### Introdução

Este trabalho foi realizado com servidores da APAED - Associação de Pais e Amigos dos Excepcionais e Deficientes de Taguatinga e Ceilândia/DF, no primeiro semestre de 2024, por alunas do quinto semestre, do curso de Psicologia, da Faculdade Anhanguera de Brasília. Além da observação direta na primeira visita, foi realizada a coleta de dados e informações, por meio de formulário, para um mapeamento que auxiliasse na construção de melhorias e incentivos em relação ao autocuidado e à saúde mental. Foi estimulada a participação dos servidores no Grupo Focal e para finalizar aconteceu um encontro com as equipes. Houve intencionalidade de verbalização das propostas de ações para a Instituição, conforme o que foi observado como prioridade para o grupo.

### Objetivo

- Observar superficialmente o aspecto físico da Instituição e possíveis relações entre os servidores e assistidos;
- Assinalar indicativos de fragilidade ou não na saúde mental, relativa ao trabalho, por meio do preenchimento de formulário;
- Ponderar sobre a desmistificação do autocuidado, relativo à saúde mental;
- Sugerir ações, que contribuam para uma saúde mental mais saudável no trabalho.

### Material e Métodos

O cronograma de atividades encontra-se detalhado no Anexo A deste documento. Estão apresentados os seguintes aspectos que compõem cada atividade: objetivos, duração, atividade prevista e recursos necessários.

Tais atividades de coletas de informações foram conduzidas pelas estagiárias, observando-se a prévia aprovação institucional das ações planejadas e com anuência da supervisão do estágio e da Instituição.

### Recursos metodológicos:

- Observação direta;
- Entrevista;
- Formulário individual
- Grupo Focal;





- Encontro com as equipes de gerência dos colaboradores.

#### Resultados e Discussão

A partir da execução dessa intervenção esperou-se alcançar, a longo prazo, um ambiente mais acolhedor e produtivo, que estivesse atento às questões de saúde mental saudável para seus colaboradores.

O grupo de estudantes realizou a confecção de um Relatório final, baseado nos resultados obtidos, com propostas de ações a serem encaminhadas aos responsáveis pela instituição, por meio do qual poderão realizar mudanças ou mesmo adequar sua práxis. Cabe ressaltar que o Relatório final foi entregue em mãos à Instituição, por meio de encontro presencial.

#### Conclusão

Diante dos objetivos propostos neste trabalho foi possível verificar o alcance deles, no desenrolar dos encontros previstos.

As dificuldades encontradas foram relativas aos ajustes de agenda, que aconteciam após os encontros presenciais, a pedido da Instituição.

Na apresentação das propostas de ações, foi percebida uma leve resistência, porque a princípio, as mesmas foram recebidas como críticas infundadas; o mesmo olhar atencioso para o assistido, poderia se voltar para o colaborador que receberia essa atenção com uma valorização do trabalho que desenvolve na Instituição.

#### Referências

APAED. (5 de Abril de 2024). APAED. Fonte: Associação de Pais e Amigos dos Excepcionais e Deficientes de Taguatinga e Ceilândia: <https://apaed.org.br/conheca-a-nossa-historia-novo>

Guimarães, L. A. (2004). Saúde mental e trabalho, vol III. São Paulo: Casa do Psicólogo.

Ronaldo Fernandes e Milca Secundino. (30 de Agosto de 2022). Vivendo melhor -. Fonte: Google Apresentação: <https://docs.google.com/presentation/d/1NADTXbTjZ1Krk5IEuMNeVNWn-wExDFj7tvvHenCK0N4/edit#slide=id.p9>

# 3ª MOSTRA CIENTÍFICA

