



Projeto Saúde Mental Integrada

Saúde Mental Integrada, Inclusiva e Preventiva no Ambiente de Trabalho

Justificativa

O ambiente de trabalho no Judiciário exige alta performance sob pressão e com prazos rígidos, o que aumenta o risco de adoecimento psíquico. Além disso, a presença de servidores com deficiências, transtornos ou condições especiais exige um olhar mais humano, inclusivo e adaptado às necessidades diversas.

Investir em programas estruturados de prevenção, identificação e acompanhamento em saúde mental é estratégia essencial para o bem-estar coletivo, a inclusão e o bom funcionamento institucional.

Resolução nº 336 - regulamenta o Programa de Assistência à Saúde Mental





Objetivos

Gerais:

- Promover saúde mental e inclusão no ambiente institucional.
- Prevenir estresse crônico, burnout e doenças ocupacionais.
- Acolher servidores com deficiências, TEA e demais transtornos.
- Apoiar a readaptação funcional e emocional dos servidores.
- Específicos:
- Implantar espaços de decompressão e relaxamento.
- Promover a arteterapia como ferramenta terapêutica.





- Mapear fatores psicossociais e de inclusão.
- Criar fluxos claros de triagem, atendimento e readaptação.
- Implantar formação continuada em práticas inclusivas.

Específicos:

- Implantar espaços de desconpressão e relaxamento.
- Promover a arteterapia como ferramenta terapêutica.
- Mapear fatores psicossociais e de inclusão.
- Criar fluxos claros de triagem, atendimento e readaptação.
- Implantar formação continuada em práticas inclusivas.





PÚBLICO-ALVO

Todos os magistrados, servidores, estagiários e colaboradores do TJAC, em especial:

- Em sofrimento emocional;
- Em readaptação funcional;
- Com deficiências, TEA e transtornos diversos;
- Retornando de afastamento;
- Em teletrabalho prolongado.





Ações inovadoras:

Promoção e Prevenção: rodas de conversa, oficinas de mindfulness e comunicação não violenta, arteterapia e espaços de descompressão;

Triagem e Atendimento Integrado: escuta psicológica, encaminhamentos especializados e Plano de Atendimento Integrado (PAI);

Acompanhamento Contínuo e Readaptação Funcional: flexibilização de jornada, apoio emocional e preservação da dignidade funcional;

Projeto “Além do Olhar”: capacitação e sensibilização para acolher colegas com deficiências, TEA e transtornos, promovendo empatia e integração;

Ações Complementares Humanizadas: campanhas contra a naturalização da sobrecarga, espaços de escuta qualificada e apoio a servidores em teletrabalho, retorno de afastamentos ou preparação para aposentadoria.

Equipe itinerante realizando atendimentos voltados à saúde do servidor, nos fóruns, nos municípios do Acre, com profissionais de fisioterapia, psicologia e medicina, além da realização de exames.





Projeto Equilibra: utiliza tecnologia, inteligência artificial e metodologias inovadoras para promover o bem-estar dos servidores, magistrados e colaboradores. O projeto inicia com alinhamento com as lideranças do Poder Judiciário acreano, seguido de alinhamento institucional e sensibilização; as capacitações das próprias lideranças; capacitação institucional; implementação de chatbot e relatórios gerenciais, para então disponibilizar e fazer o autoteste da ferramenta; disponibilização de relatórios gerenciais por área e motivo; monitoramento, feedback e melhoria contínua.

O programa está alinhado às exigências da Norma Regulamentadora nº 1 (NR-1) e da Lei nº 14.831/2024. Seu foco principal é estruturar, implementar e monitorar ações eficazes de promoção da saúde mental no ambiente de trabalho, com uma atenção especial aos fatores psicossociais de risco. Este alinhamento legal e regulatório é crucial para a modernização da administração pública.

