

Ministério da Educação
Universidade Federal de Santa Maria
Pró-Reitoria de Gestão de Pessoas
Coordenadoria de Saúde e Qualidade de Vida do Servidor (CQVS)

Memorando N° 002/2026 – CQVS

Santa Maria, 22 de janeiro 2026.

À Ouvidoria da UFSM

Assunto: pedido de informação do cidadão n. 23546.146060/2025-72

Em atenção ao pedido de informação do cidadão n. 23546.146060/2025-72, recebido via Fala.BR, e constante no presente Processo Administrativo Eletrônico 23081.165825/2025-88, encaminhamos as informações referentes à Coordenadoria de Saúde e Qualidade de Vida do Servidor, da Pró-Reitoria de Gestão de Pessoas.

SEÇÃO 1 — Identificação da Instituição

Nome da Instituição: UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA MARIA

Setor de atuação do respondente: COORDENADORIA DE QUALIDADE DE VIDA DO SERVIDOR/PROGEP

SEÇÃO 2 — Políticas Institucionais de Saúde Mental

1. A instituição possui política formal ou programa institucional voltado à saúde mental do servidor? Se sim, qual(is)? (Política formal: normas, diretrizes ou planos institucionalizados. Programa institucional: ações estruturadas e contínuas de promoção, prevenção ou cuidado em saúde mental.)

A UFSM ainda não possui uma política formal. Há o Comitê de Saúde Mental (COSAME). RESOLUÇÃO UFSM N° 110, DE 31 DE OUTUBRO DE 2022, que aprova a criação do órgão colegiado denominado “Comitê de Saúde Mental (COSAME)” vinculado ao Gabinete do Reitor na estrutura organizacional da Universidade Federal de Santa Maria (UFSM). Entre as atribuições do Comitê, estão discussões, já em andamento, sobre a criação de uma política institucional de saúde mental para a Universidade.

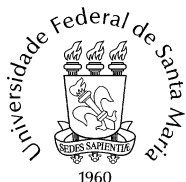
No âmbito da Pró-Reitoria de Gestão de Pessoas, temos os seguintes programas:

Movimenta: Programa de Promoção da Saúde Integral dos(as) Servidores(as) da UFSM

O Movimenta é um programa destinado aos(as) servidores(as) docentes e técnico-administrativos em educação da Universidade Federal de Santa Maria. Sua proposta centra-se na promoção à saúde, por meio de oficinas e práticas multidisciplinares, que fomentem a cultura do cuidado e da valorização da saúde física e mental no ambiente organizacional. Também visa promover a interação, diálogo e integração dos servidores de diferentes unidades e centros de ensino da universidade, ativos e aposentados. As atividades são definidas anualmente e desenvolvidas em parceria com profissionais da Instituição, de diversas áreas.

Encontros de Saúde e Qualidade de Vida no Trabalho: o hoje e o amanhã

O projeto “Encontros de Saúde e Qualidade de Vida no Trabalho: o hoje e o amanhã”, desenvolvido pela Universidade Federal de Santa Maria (UFSM), por meio da Coordenadoria de Saúde e



Qualidade de Vida do Servidor e sua equipe multiprofissional, tem como objetivo promover a reflexão e o debate sobre temas relacionados à saúde integral, prevenção de doenças, qualidade de vida no ambiente de trabalho e preparação para a aposentadoria das servidoras e dos servidores da instituição. A proposta se fundamenta na concepção ampliada de saúde da Organização Mundial da Saúde (OMS) e nas diretrizes da Portaria Normativa nº 3/2013, que orienta políticas públicas voltadas à promoção da saúde do/a servidor/a público/a federal. Por meio deste projeto, são realizados espaços de discussão que abordam, de forma transversal, os eixos de saúde integral, desenvolvimento humano, determinantes sociais, planejamento financeiro e legislação, com foco na educação em saúde e na construção de estratégias de cuidado coletivo e individual ao longo da trajetória funcional da trabalhadora e do trabalhador, desde o ingresso até a aposentadoria. Os encontros acontecem de forma presencial e/ou remota, e são conduzidos por profissionais de diferentes áreas, como saúde, psicologia, serviço social, educação física, gestão de pessoas e finanças, por meio de palestras, rodas de conversa, oficinas práticas ou dinâmicas em grupo.

Programa de Preparação para Aposentadoria (PPA)

O Programa de Preparação para Aposentadoria da UFSM, denominado "Transformar o Hoje", é uma iniciativa que oferece cursos e atividades para servidores que estão próximos de se aposentar. Seu objetivo é promover uma transição saudável e planejada para essa nova fase da vida, abordando aspectos psicológicos, sociais e financeiros. Ele foi criado pela Resolução N. 006/2012. Link: <https://www.ufsm.br/pro-reitorias/proplan/resolucao-n-006-2012>

2. Existem diretrizes específicas na instituição para riscos psicossociais? Se sim, qual(is)?

No âmbito da UFSM, não há, até o momento, normativa institucional específica dedicada exclusivamente aos riscos psicossociais. Contudo, o tema está contemplado no conjunto de diretrizes e obrigações aplicáveis à gestão de Segurança e Saúde no Trabalho, especialmente aquelas decorrentes da Portaria Normativa nº 03, de 07 de maio de 2010, e da NR-1 – Disposições Gerais e Gerenciamento de Riscos Ocupacionais –, que determinam que a instituição implemente ações de vigilância, promoção da saúde e gestão de riscos no ambiente de trabalho, abrangendo todos os fatores que possam gerar agravos à saúde do servidor, incluindo os de natureza psicossocial.

Historicamente, a UFSM elaborou e manteve atualizado o Programa de Prevenção de Riscos Ambientais (PPRA), contemplando a identificação e avaliação dos riscos físicos, químicos e biológicos nos ambientes laborais. Atualmente, encontra-se em processo de transição para o Programa de Gerenciamento de Riscos (PGR), em atendimento às disposições da NR-1, que amplia o escopo da gestão de riscos ocupacionais e incorpora os riscos ergonômicos e psicossociais, com seus respectivos inventários e planos de ação.

Em conformidade com a NR-1, a UFSM encontra-se em processo de desenvolvimento e estruturação do Sistema de Gestão, o qual integra a avaliação de riscos psicossociais ao Inventário de Riscos e aos Planos de Ação previstos no PGR. A equipe técnica participou e está realizando cursos de formação específico para avaliação desses riscos (Certificado em anexo), visando à adoção de critérios técnico-metodológicos validados e compatíveis com a complexidade do tema, considerando fatores como sobrecarga de trabalho, exigências emocionais, conflitos organizacionais e pressão por desempenho.

Importa destacar que, conforme orientação técnica vigente, os riscos psicossociais devem ser formalmente incorporados ao PGR a partir de maio de 2026. Tal escalonamento decorre da



Ministério da Educação
Universidade Federal de Santa Maria
Pró-Reitoria de Gestão de Pessoas
Coordenadoria de Saúde e Qualidade de Vida do Servidor (CQVS)

necessidade de utilização de instrumentos de avaliação validados e eticamente adequados, assegurando que o processo diagnóstico ocorra sem exposição indevida ou constrangimento aos servidores e as servidoras e demais trabalhadores envolvidos, bem como garantindo confiabilidade metodológica na coleta, análise e interpretação dos dados.

Registra-se ainda que a UFSM possui comunicações de acidentes de trabalho relacionados à saúde mental, sendo uma das poucas instituições federais que têm realizado tal classificação. Esse registro constitui importante insumo para o aprimoramento das análises epidemiológicas e para o acompanhamento dos agravos relacionados às condições psicossociais de trabalho, além de subsidiar o planejamento de ações integradas entre o Núcleo de Segurança do Trabalho (NSEG) e a Coordenação de Qualidade de Vida do Servidor (CQVS).

Adicionalmente, o NSEG elabora Pareceres Técnicos de Segurança do Trabalho, contendo levantamentos de riscos, diagnóstico de condições de trabalho e recomendações técnicas de prevenção e mitigação. Esses documentos contribuem para o atendimento das exigências da NR-1 e consolidação do PGR, promovendo a uniformização de entendimentos técnicos, a rastreabilidade das análises e o suporte às decisões institucionais em matéria de segurança e saúde do servidor.

No âmbito do Programa de Controle Médico de Saúde Ocupacional (PCMSO), já implementado na instituição, são realizados exames periódicos, admissionais e de retorno ao trabalho, com vistas ao monitoramento sistemático da saúde do servidor e da servidora.

Esses exames permitem identificar precocemente agravos e fatores associados ao adoecimento mental relacionado ao trabalho. Quando necessário, os médicos vinculados ao NSEG atuam na condução dos casos, podendo recomendar intervenções no ambiente laboral, afastamentos temporários, encaminhamentos para acompanhamento especializado e outras medidas de prevenção secundária ou terciária, de modo a proteger a saúde do servidor e da servidora e apoiar sua permanência saudável no ambiente de trabalho.

Assim, embora não exista diretriz normativa interna exclusiva para riscos psicossociais, a UFSM já dispõe de diretrizes operacionais e legais que asseguram seu tratamento no âmbito do PGR, alinhadas ao arcabouço regulatório federal e às exigências contemporâneas da gestão de saúde ocupacional no serviço público.

Treinamento on-line - Instituto Nacional de Capacitação - Saúde mental e bem viver no Setor Público- caminhos para a construção de ambientes de trabalho seguros e saudáveis.

Dias 09,11 e 12 de junho de 2025, com carga horária de 12 horas, ao vivo - plataforma Zoom - consulte turmas in company, consultorias e palestras

Com Dra. Sacha Lima Pinheiro – Autora do livro Psicologia e Promoção da Saúde no Setor Público

OBJETIVO

Instrumentalizar trabalhadores, gestores e profissionais de saúde para identificar e prevenir os riscos psicossociais no trabalho, a partir da compreensão da complexidade da relação saúde mental-trabalho, com o objetivo de fomentar ambientes de trabalho saudáveis no serviço público.

Objetivos específicos

1. Conceituar saúde e saúde mental no trabalho
2. Compreender o trabalho enquanto operador de saúde e os fatores associados ao bem-estar no



Ministério da Educação
Universidade Federal de Santa Maria
Pró-Reitoria de Gestão de Pessoas
Coordenadoria de Saúde e Qualidade de Vida do Servidor (CQVS)

trabalho

3. Caracterizar o contexto do trabalhador do serviço público no Brasil
4. Identificar os riscos psicossociais no trabalho do servidor público e suas repercussões na saúde
5. Compreender os fenômenos do estresse/burnout, identificar sinais de mal-estar e adoecimento e saber como manejá-los
6. Identificar estratégias de prevenção e pós-venção ao suicídio no trabalho
7. Traçar caminhos para a construção de um ambiente de trabalho promotor de saúde no serviço público

PÚBLICO ALVO

Profissionais ligados às áreas de saúde, qualidade de vida, capacitação e demais interessados no tema

PROGRAMA

Modulo I

Saúde e saúde mental no trabalho – aspectos conceituais
O sentido do trabalho e seu papel como operador de saúde
O contexto de trabalho no serviço público

Modulo II

Riscos psicossociais no trabalho e segurança psicológica
Estresse/burnout:
conceitos e estratégias de manejo

Modulo III

Suicídio: prevenção e posvenção
Saúde e qualidade de vida no trabalho no serviço público:
estruturando caminhos possíveis.

3. Quais ações permanentes de promoção da saúde mental são desenvolvidas pela instituição?

Movimenta: Programa de Promoção da Saúde Integral dos(as) Servidores(as) da UFSM

O Movimenta é um programa destinado aos(as) servidores(as) docentes e técnico-administrativos em educação da Universidade Federal de Santa Maria. Sua proposta centra-se na promoção à saúde, por meio de oficinas e práticas multidisciplinares, que fomentem a cultura do cuidado e da valorização da saúde física e mental no ambiente organizacional. Também visa promover a interação, diálogo e integração dos servidores de diferentes unidades e centros de ensino da universidade, ativos e aposentados. As atividades são definidas anualmente e desenvolvidas em parceria com profissionais da Instituição, de diversas áreas.

Serviço Psicossocial

O Serviço Psicossocial é composto por profissionais da Psicologia e do Serviço Social que realizam acolhimentos, orientações e acompanhamentos voltados a servidores e servidoras de todos os campi da UFSM (docentes, técnicos-administrativos e em cargos de chefia). As ações têm como foco a relação do trabalhador e da trabalhadora com o contexto institucional, buscando promover saúde, prevenir o adoecimento relacionado ao trabalho e fomentar um ambiente laboral mais inclusivo, digno e saudável. O serviço pode ser acessado por: demanda espontânea, encaminhamento da chefia



Ministério da Educação
Universidade Federal de Santa Maria
Pró-Reitoria de Gestão de Pessoas
Coordenadoria de Saúde e Qualidade de Vida do Servidor (CQVS)

imediata, com consentimento do servidor; encaminhamento do serviço de Perícia Oficial em Saúde e demais serviços da instituição.

Os atendimentos podem ser realizados presencialmente ou online, de forma individual, bem como são realizados encontros em grupos.

SEÇÃO 3 — Estruturas Institucionais (SIASS / CISSP / PASS)

4. A instituição possui Unidade SIASS (Subsistema Integrado de Atenção à Saúde do Servidor)? Descrever os serviços ofertados.

Sim, a UFSM possui Unidade SIASS. Por meio da Coordenadoria de Saúde e Qualidade de Vida do Servidor (CQVS), da PROGEP, que tem como competência a implementação de programas e benefícios de atenção à saúde e bem-estar físico, social e mental, e também de segurança no trabalho e saúde ocupacional aos servidores, visando a busca de uma melhor qualidade de vida do servidor.

Constitui-se dos seguintes núcleos: Núcleo de Promoção de Saúde do Trabalho (NPSAT), Núcleo de Segurança no Trabalho (NSEG) e Subdivisão de Perícia Oficial em Saúde (PEOF). O Núcleo de Promoção de Saúde do Trabalho (NPSAT) é responsável por gerir os serviços e ações de promoção à saúde do Trabalho voltados aos servidores da UFSM. As demandas são atendidas por meio de projetos, programas, cursos e atendimentos individualizados.

O Núcleo, atualmente, é composto por uma equipe multiprofissional, distribuída nos Serviços Odontológico e Psicossocial:

Serviço Odontológico: atua na prevenção e promoção da saúde bucal; realiza procedimentos de atenção básica e intervenção curativa;

Serviço Psicossocial: oferece atendimento, orientação e acompanhamento a servidores;

O NPSAT também recebe estagiários e bolsistas dos cursos de Educação Física, Fisioterapia, Terapia Ocupacional, Odontologia e Psicologia, contribuindo com a formação do aluno. Cabe ainda destacar algumas ações que a equipe do NPSAT desenvolve e/ou participa: Programa Movimenta; Curso de Educação à Saúde do Servidor; Programa de Preparação para Aposentadoria – PPA (Transformar o hoje – Seminário; Curso e Encontro de Aposentados – Revivência); Projeto CQVS com você; Visita técnica a aposentados e pensionistas da UFSM para o cadastramento anual/prova de vida.

O Núcleo de Segurança no Trabalho (NSEG), tem a missão de garantir ambientes de trabalho mais seguros e saudáveis para as servidoras e os servidores da instituição. A equipe atua na identificação e prevenção de riscos ocupacionais, promovendo a segurança por meio de avaliações técnicas, treinamentos e acompanhamento da saúde das servidoras e dos servidores. Além da análise e controle dos riscos nos locais de trabalho, o núcleo desenvolve inspeções periódicas, emissão de laudos técnicos e realização de exames médicos ocupacionais.

Levantamento de Gestão de Riscos: Identificação de riscos ocupacionais: físicos, químicos, biológicos, ergonômicos e mecânicos; Elaboração do PGR Programa de Gerenciamento de Riscos – NR 01; Caracterização de postos de trabalho e atividades insalubres/perigosas. Inspeções e Avaliações Técnicas: Realização de medições e inspeções de segurança em todas as instalações da UFSM; Emissão de Laudos Técnicos Periciais e adicionais ocupacionais; Elaboração de Perfil Profissiográfico Previdenciário – PPP; Produção de Laudos Técnicos de Condições



Ambientais de Trabalho – LTCAT; Pareceres médico-periciais para enquadramento em Atividade Especial.

Treinamentos e Orientações: Capacitação sobre Segurança do Trabalho; Uso adequado de Equipamentos de Proteção Individual e Coletiva; Proteção contra incêndio e sinalização de segurança.

Saúde Ocupacional e Monitoramento: Programa de Controle Médico de Saúde Ocupacional – PCMSO; Exames médicos periódicos conforme (Decreto nº 6.856/2009); Registro e investigação de acidentes de trabalho; Avaliações médico-ocupacionais e exames admissionais. A Subdivisão de Perícia Oficial em Saúde (PEOF) é uma subdivisão da Coordenadoria de Saúde e Qualidade de Vida do Servidor (CQVS), que realiza as Avaliações Médicas Periciais em servidores da UFSM e de outros órgãos federais. Seu trabalho visa garantir análises para procedimentos administrativos relacionados à saúde, promovendo o cuidado e a adequação das condições laborais dos servidores. A PEOF é responsável por: Realização de perícias médicas e exames admissionais; Emissão de parecer médico-pericial em processos administrativos; Concessão de licenças relacionadas à saúde do servidor; Análises para Isenção de Imposto de Renda por condições médicas; Avaliação para aposentadoria por doenças previstas em Lei; Pareceres sobre doenças físicas e/ou mentais; Análises médicas em processos de alunos da UFSM; Encaminhamento de servidores para tratamento especializado; Perícias médicas para servidores de outros órgãos federais.

5. A CISSP (Comissão Interna de Saúde do Servidor Público) está ativa? Quais ações foram realizadas nos últimos 12 meses?

Não, a Comissão Interna de Saúde do Servidor Público não está ativa.

A UFSM no HUSM com os servidores e as servidoras RJU em conjunto com a EBSERH realizaram a eleição da primeira Comissão com o formato da NR 05 Comissão interna de prevenção de acidentes e de assédio - CIPA de RJU no ano de 2025. O Curso para os CIPEIROS foi finalizado e as reuniões irão iniciar no ano de 2026 (Segue o boletim de serviço nº 528, de 16 de abril de 2025, Extraordinário no link <https://drive.google.com/drive/u/3/folders/1fMatkHkaG9eRGjcbDG41Vsxae6imMw1N>).

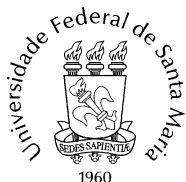
6. Como a instituição cumpre as diretrizes da PASS (Política de Atenção à Saúde e Segurança do Trabalho do Servidor Público Federal)?

Por meio da estrutura da CQVS já especificada anteriormente, em especial por meio de seus serviços e programas ofertados.

SEÇÃO 4 — Riscos Psicossociais (Riscos psicossociais: fatores do trabalho que podem causar estresse, sofrimento ou adoecimento mental, como sobrecarga, conflitos, assédio, exigências emocionais, pressão por desempenho e clima organizacional negativo)

7. A instituição já realizou mapeamento dos riscos psicossociais no ambiente de trabalho? Se sim, qual(is)? (Mapeamento: identificação formal de fatores que possam gerar sofrimento ou adoecimento mental, como sobrecarga, conflitos, assédio, ritmo intenso ou exigências emocionais.)

8. Existem relatórios ou laudos sobre riscos psicossociais elaborados pela instituição? Se sim, qual(is)? (Ex.: relatórios do SIASS, análises ergonômicas, avaliações de clima organizacional, diagnósticos de saúde do trabalhador, pareceres técnicos ou estudos internos.)



Ministério da Educação
Universidade Federal de Santa Maria
Pró-Reitoria de Gestão de Pessoas
Coordenadoria de Saúde e Qualidade de Vida do Servidor (CQVS)

9. Foram adotadas na instituição medidas que considera os riscos psicossociais na gestão de Segurança e Saúde no Trabalho (SST)? Se sim, quais?

10. Como a instituição cumpre os requisitos relacionados aos fatores psicossociais de trabalho?

Historicamente, a UFSM elaborou e manteve atualizado o Programa de Prevenção de Riscos Ambientais (PPRA), contemplando a identificação e avaliação dos riscos físicos, químicos e biológicos nos ambientes laborais. Atualmente, encontra-se em processo de transição para o Programa de Gerenciamento de Riscos (PGR), em atendimento às disposições da NR-1, que amplia o escopo da gestão de riscos ocupacionais e incorpora os riscos ergonômicos e psicossociais, com seus respectivos inventários e planos de ação.

Em conformidade com a NR-1, a UFSM encontra-se em processo de desenvolvimento e estruturação do Sistema de Gestão de SST, o qual integra a avaliação de riscos psicossociais ao Inventário de Riscos e aos Planos de Ação previstos no PGR. A equipe técnica tem participado de cursos e ações formativas específicas voltadas à avaliação desses riscos, visando à adoção de critérios técnico-metodológicos validados e compatíveis com a complexidade do tema, considerando fatores como sobrecarga de trabalho, exigências emocionais, conflitos organizacionais e pressão por desempenho. Ademais, o corpo técnico da CQVS participou tanto do Encontro Regional SIASS em Porto Alegre quanto do Encontro Nacional SIASS em Brasília, espaços institucionais dedicados à construção de diretrizes e referenciais para a abordagem de riscos psicossociais e de saúde mental no serviço público federal, incluindo discussões intersetoriais e estratégias de intervenção integradas.

Importa destacar que, conforme orientação técnica vigente, **os riscos psicossociais devem ser formalmente incorporados ao PGR a partir de maio de 2026**. Tal escalonamento decorre da necessidade de utilização de instrumentos de avaliação validados e eticamente adequados, assegurando que o processo diagnóstico ocorra sem exposição indevida ou constrangimento aos servidores e as servidoras e demais trabalhadores envolvidos, bem como garantindo confiabilidade metodológica na coleta, análise e interpretação dos dados.

Registra-se ainda que a UFSM possui comunicações de acidentes de trabalho relacionados à saúde mental, sendo uma das poucas instituições federais que têm realizado tal classificação. Esse registro constitui importante insumo para o aprimoramento das análises epidemiológicas e para o acompanhamento dos agravos relacionados às condições psicossociais de trabalho, além de subsidiar o planejamento de ações integradas entre o Núcleo de Segurança do Trabalho (NSEG) e a Coordenação de Qualidade de Vida do Servidor (CQVS).

Adicionalmente, o NSEG elabora Pareceres Técnicos de Segurança do Trabalho, contendo levantamentos de riscos, diagnóstico de condições de trabalho e recomendações técnicas de prevenção e mitigação. Esses documentos contribuem para o atendimento das exigências da NR-1 e consolidação do PGR, promovendo a uniformização de entendimentos técnicos, a rastreabilidade das análises e o suporte às decisões institucionais em matéria de segurança e saúde do servidor.

No âmbito do Programa de Controle Médico de Saúde Ocupacional (PCMSO), já implementado na instituição, são realizados exames periódicos, admissionais e de retorno ao trabalho, com vistas ao monitoramento sistemático da saúde do servidor e da servidora.

Esses exames permitem identificar precocemente agravos e fatores associados ao adoecimento mental relacionado ao trabalho. Quando necessário, os médicos vinculados ao NSEG atuam na condução dos casos, podendo recomendar intervenções no ambiente laboral, afastamentos



Ministério da Educação
Universidade Federal de Santa Maria
Pró-Reitoria de Gestão de Pessoas
Coordenadoria de Saúde e Qualidade de Vida do Servidor (CQVS)

temporários, encaminhamentos para acompanhamento especializado e outras medidas de prevenção secundária ou terciária, de modo a proteger a saúde do servidor e da servidora e apoiar sua permanência saudável no ambiente de trabalho.

Assim, embora não exista diretriz normativa interna exclusiva para riscos psicossociais, a UFSM já dispõe de diretrizes operacionais e legais que asseguram seu tratamento no âmbito do PGR, alinhadas ao arcabouço regulatório federal e às exigências contemporâneas da gestão de saúde ocupacional no serviço público.

Treinamento on-line - Instituto Nacional de Capacitação - Saúde mental e bem viver no Setor Público- caminhos para a construção de ambientes de trabalho seguros e saudáveis.

Dias 09,11 e 12 de junho de 2025, com carga horária de 12 horas, ao vivo - plataforma Zoom - consulte turmas in company, consultorias e palestras

Com Dra. Sacha Lima Pinheiro – Autora do livro Psicologia e Promoção da Saúde no Setor Público

OBJETIVO

Instrumentalizar trabalhadores, gestores e profissionais de saúde para identificar e prevenir os riscos psicossociais no trabalho, a partir da compreensão da complexidade da relação saúde mental-trabalho, com o objetivo de fomentar ambientes de trabalho saudáveis no serviço público.

Objetivos específicos

1. Conceituar saúde e saúde mental no trabalho
2. Compreender o trabalho enquanto operador de saúde e os fatores associados ao bem-estar no trabalho
3. Caracterizar o contexto do trabalhador do serviço público no Brasil
4. Identificar os riscos psicossociais no trabalho do servidor público e suas repercussões na saúde
5. Compreender os fenômenos do estresse/burnout, identificar sinais de mal-estar e adoecimento e saber como manejá-los
6. Identificar estratégias de prevenção e pósvenção ao suicídio no trabalho
7. Traçar caminhos para a construção de um ambiente de trabalho promotor de saúde no serviço público

PÚBLICO ALVO

Profissionais ligados às áreas de saúde, qualidade de vida, capacitação e demais interessados no tema

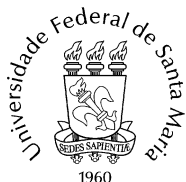
PROGRAMA

Modulo I

Saúde e saúde mental no trabalho – aspectos conceituais
O sentido do trabalho e seu papel como operador de saúde
O contexto de trabalho no serviço público

Modulo II

Riscos psicossociais no trabalho e segurança psicológica
Estresse/burnout:
conceitos e estratégias de manejo



Ministério da Educação
Universidade Federal de Santa Maria
Pró-Reitoria de Gestão de Pessoas
Coordenadoria de Saúde e Qualidade de Vida do Servidor (CQVS)

Modulo III

Suicídio: prevenção e posvenção

**Saúde e qualidade de vida no trabalho no serviço público:
estruturando caminhos possíveis.**

SEÇÃO 5 — Programas e Serviços de Saúde Mental

11. Existem programas de prevenção ao adoecimento mental? Se sim, qual (is)?
Sim, existem programas de prevenção ao adoecimento mental na UFSM, como por exemplo, o “Movimenta: Programa de Promoção da Saúde Integral dos(as) Servidores(as) da UFSM” e os “Encontros de Saúde e Qualidade de Vida no Trabalho: o hoje e o amanhã”, os quais já foram explicados anteriormente.

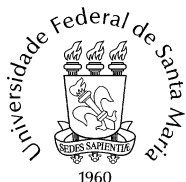
12. Existe atendimento psicológico ao servidor? Informar equipe, periodicidade e critérios de acesso.
Sim, existe. No Núcleo de Promoção à Saúde do Trabalho existem 4 psicólogos para atendimento aos servidores da Instituição e 1 assistente social (lotado na CQVS). O Serviço Psicossocial é composto por profissionais da Psicologia e do Serviço Social que realizam acolhimentos, orientações e acompanhamentos voltados a servidores e servidoras de todos os campi da UFSM (docentes, técnicos-administrativos e em cargos de chefia). As ações têm como foco a relação do trabalhador e da trabalhadora com o contexto institucional, buscando promover saúde, prevenir o adoecimento relacionado ao trabalho e fomentar um ambiente laboral mais inclusivo, digno e saudável. O serviço pode ser acessado por: demanda espontânea, encaminhamento da chefia imediata, com consentimento do servidor; encaminhamento do serviço de Perícia Oficial em Saúde e demais serviços da instituição.

Os atendimentos podem ser realizados presencialmente ou online e ocorrem conforme necessidade e demanda do servidor.

13. A instituição promove capacitações sobre saúde mental e riscos psicossociais?
A UFSM promove capacitações sobre saúde mental e sobre riscos psicossociais, voltados à comunidade universitária, especialmente para servidores e estudantes. Isso contribui para o fortalecimento da capacidade institucional de prevenção, acolhimento e bem-estar no ambiente acadêmico e de trabalho.

Capacitação sobre Bem-Estar e Acolhimento no Ambiente Universitário

Em 2023, no âmbito da campanha Setembro Amarelo, a PROGEP anunciou um curso de capacitação especializado para servidores, com temas como: “Quem é o estudante universitário atual?” “Saúde mental e seus transtornos”. “Psicoeducação da ansiedade”. Esse curso foi planejado para oferecer ferramentas práticas e conhecimento teórico-técnico sobre saúde mental e acolhimento no contexto universitário e foi ofertado por meio do Portal de Capacitação da UFSM. **Curso “Saúde Mental, Enfrentamento de Situações de Crise e Ações de Posvenção do Suicídio”**
Nos últimos períodos de capacitações (2024 e 2025), a PROGEP/UFSM incluiu em sua programação um curso voltado para promoção da saúde mental, enfrentamento de situações de crise e ações de pós-venção do suicídio. Este curso forma servidores para aplicar a Instrução Normativa nº 006/2024



Ministério da Educação
Universidade Federal de Santa Maria
Pró-Reitoria de Gestão de Pessoas
Coordenadoria de Saúde e Qualidade de Vida do Servidor (CQVS)

referente ao atendimento em situações de crise e aborda competências como relacionamento interpessoal e equilíbrio emocional.

Roda de Conversa “Fatores de Risco Psicossociais e Saúde Mental no Trabalho”

Em dezembro de 2025, a Pró-Reitoria de Gestão de Pessoas (PROGEP) realizou o quinto encontro do projeto “Rodas de Conversa para Gestores: compartilhando desafios e soluções na gestão”, que compõe a Trilha de Desenvolvimento de Gestores da UFSM, com o tema: “Fatores de Risco Psicossociais e Saúde Mental no Trabalho”. O encontro abordou como a forma de organizar e conduzir o trabalho pode influenciar diretamente a saúde mental das pessoas, destacando fatores de risco psicossociais como sobrecarga, falta de apoio, comunicação ineficaz e baixa autonomia. A partir da recente atualização da Norma Regulamentadora nº 1 (NR-1), que incluiu esses fatores no Gerenciamento de Riscos Ocupacionais (GRO), a iniciativa busca promover a reflexão e o diálogo sobre a importância de ambientes de trabalho mais saudáveis.

14. Existem programas ou ações de Qualidade de Vida no Trabalho (QVT)? Se sim, quais?

Sim, existem programas ou ações de Qualidade de Vida no Trabalho. Abaixo explicamos quais são estes programas/projetos.

Como já informado anteriormente, a CQVS, por meio do NPSAT desenvolve diversas ações para os servidores voltadas para a qualidade de vida no trabalho, inclusive recebendo estagiários e bolsistas dos cursos de Educação Física, Fisioterapia, Terapia Ocupacional, Odontologia e Psicologia.

Dentre essas ações temos:

Encontros de Saúde e Qualidade de Vida no Trabalho: o hoje e o amanhã

O projeto “Encontros de Saúde e Qualidade de Vida no Trabalho: o hoje e o amanhã”, desenvolvido pela Universidade Federal de Santa Maria (UFSM), por meio da Coordenadoria de Saúde e Qualidade de Vida do Servidor e sua equipe multiprofissional, tem como objetivo promover a reflexão e o debate sobre temas relacionados à saúde integral, prevenção de doenças, qualidade de vida no ambiente de trabalho e preparação para a aposentadoria das servidoras e dos servidores da instituição. A proposta se fundamenta na concepção ampliada de saúde da Organização Mundial da Saúde (OMS) e nas diretrizes da Portaria Normativa nº 3/2013, que orienta políticas públicas voltadas à promoção da saúde do/a servidor/a público/a federal. Por meio deste projeto, são realizados espaços de discussão que abordam, de forma transversal, os eixos de saúde integral, desenvolvimento humano, determinantes sociais, planejamento financeiro e legislação, com foco na educação em saúde e na construção de estratégias de cuidado coletivo e individual ao longo da trajetória funcional da trabalhadora e do trabalhador, desde o ingresso até a aposentadoria. Os encontros acontecem de forma presencial e/ou remota, e são conduzidos por profissionais de diferentes áreas, como saúde, psicologia, serviço social, educação física, gestão de pessoas e finanças, por meio de palestras, rodas de conversa, oficinas práticas ou dinâmicas em grupo.

Movimenta: Programa de Promoção da Saúde Integral dos(as) Servidores(as) da UFSM

O Movimenta é um programa destinado aos(as) servidores(as) docentes e técnico-administrativos em educação da Universidade Federal de Santa Maria. Sua proposta centra-se na promoção à saúde, por meio de oficinas e práticas multidisciplinares, que fomentem a cultura do cuidado e da valorização da saúde física e mental no ambiente organizacional. Também visa promover a interação, diálogo e integração dos servidores de diferentes unidades e centros de ensino da universidade, ativos e



aposentados. As atividades são definidas anualmente e desenvolvidas em parceria com profissionais da Instituição, de diversas áreas.

Geronto Ativa: ressignificações e potencialidades do envelhecimento.

Este projeto tem como objetivo promover aos idosos espaços de autogestão das condições de saúde, buscando a manutenção da autonomia e independência dentro da perspectiva da Política do Envelhecimento Ativo. As ações são desenvolvidas de forma itinerante junto às Unidades de Saúde no município de Santa Maria, além de contribuir com o projeto institucional Movimenta, no que tange ao trabalho em grupo com servidores aposentados da Universidade Federal de Santa Maria (UFSM). Os resultados esperados com esta ação se dão na facilitação de acesso à atenção integral à saúde da população idosa, promovendo autonomia, independência e funcionalidade da desta população, além de contribuir para a formação técnico-científica dos discentes envolvidos neste projeto desenvolvido no campo da Gerontologia e Terapia Ocupacional.

SEÇÃO 6 — Dados e Monitoramento

15. A instituição possui indicadores de adoecimento mental de servidores?

Sim, a UFSM possui indicadores que são utilizados no âmbito da PROGEP e fornecidos conforme solicitação, sempre com atenção e cuidado por serem dados sensíveis.

16. Quantas licenças médicas (CID F – Transtornos Mentais e Comportamentais) foram concedidas nos últimos 3 anos?

AFASTAMENTOS CID "F"- 2023- 2025

ANO	JAN	FEV	MARC	ABR	MAI	JUN	JUL	AGO	SET	OUT	NOV	DEZ	TOTAL
2023	30	45	38	22	36	46	32	51	49	54	40	30	473
2024	34	33	29	33	14	26	26	31	24	48	45	27	370
2025	30	35	9	46	45	39	44	46	48	27	37	33	439

17. Existem pesquisas de clima organizacional ou satisfação no trabalho? Anexar resumo.

No âmbito da PROGEP não são realizadas pesquisas de clima organizacional ou satisfação no trabalho. Alguns aspectos são avaliados na Avaliação de Desempenho, realizada anualmente pelos servidores. Também há várias pesquisas que são realizadas por servidores da UFSM e até mesmo de outras IFEs a fim de subsidiar seus trabalhos acadêmicos.

18. O SIASS possui levantamento epidemiológico atualizado sobre saúde mental?

A Unidade SIASS da UFSM utiliza sempre que necessário, as informações disponíveis no sistema Siape Saúde. Não há levantamento epidemiológico atualizado.



SEÇÃO 7 — Condições de Trabalho

19. A instituição já avaliou fatores como sobrecarga, ritmo intenso, acúmulo de funções ou pressões emocionais no trabalho?

20. Quais medidas existem para prevenção de assédio moral, violência organizacional e conflitos no ambiente de trabalho?

Na UFSM, a prevenção do assédio moral, da violência organizacional e dos conflitos no ambiente de trabalho é promovida por meio de um conjunto articulado de políticas, instâncias institucionais e ações educativas, entre as quais se destacam:

Comitê de Comunicação Compassiva: atua na promoção de relações de trabalho éticas, respeitadas e empáticas, incentivando práticas de diálogo, escuta qualificada e prevenção de conflitos no cotidiano institucional.

Ouvidoria da UFSM: constitui um canal institucional seguro e confidencial para o registro, acolhimento e encaminhamento de denúncias, reclamações e manifestações relacionadas a assédio moral, violência organizacional e outras situações de conflito, assegurando a apuração adequada dos fatos. Além de promover a mediação de conflitos.

Campanha “UFSM sem Assédio”: iniciativa permanente de caráter educativo e preventivo, voltada à sensibilização da comunidade universitária sobre o assédio moral e sexual, divulgação de informações, orientação sobre como identificar situações de assédio e indicação dos fluxos institucionais de apoio e denúncia.

Política de Gênero da UFSM: estabelece diretrizes para a promoção da equidade de gênero, o enfrentamento das violências e das discriminações no ambiente universitário, orientando ações institucionais de prevenção, acolhimento e responsabilização.

Conjuntamente, essas medidas fortalecem uma cultura institucional baseada no respeito, na dignidade, na equidade e na promoção de ambientes de trabalho seguros e saudáveis na UFSM.

SEÇÃO 8 — Equilíbrio Trabalho–Vida e Valorização

21. Existem políticas institucionais que promovem equilíbrio trabalho–vida, como flexibilizações de jornada? Se sim, qual (is)?

Sim. A Instituição possui políticas e normas institucionais voltadas ao equilíbrio entre trabalho e vida pessoal, especialmente no que se refere à flexibilização da jornada de trabalho, que pode contribuir para o bem-estar dos(as) servidores(as).

A Resolução UFSM nº 063/2021 estabelece os critérios e as condições para a adoção da flexibilização da jornada de trabalho dos servidores técnico-administrativos em Educação no âmbito



Ministério da Educação
Universidade Federal de Santa Maria
Pró-Reitoria de Gestão de Pessoas
Coordenadoria de Saúde e Qualidade de Vida do Servidor (CQVS)

da Universidade Federal de Santa Maria, nos termos do Decreto N. 1.590, de 10 de agosto de 1995, e dá outras providências.

Link: <https://www.ufsm.br/pro-reitorias/proplan/resolucao-ufsm-n-063-2021>

Além da resolução citada acima, há outros benefícios relacionados ao regime/jornada de trabalho que também contribuem para equilíbrio entre vida profissional e pessoal, tais como o horário especial para servidor estudante (previsão legal que permite adaptação de horários para servidores que estudam) e a jornada de trabalho reduzida com remuneração proporcional.

E no ano passado, a UFSM aprovou uma norma institucional que permite aos servidores técnico-administrativos em educação estudarem parte da jornada de trabalho como ação de desenvolvimento em serviço. A Resolução UFSM nº 237, de 05 de novembro de 2025, regulamenta a participação dos(as) servidores(as) técnico-administrativos(as) em educação em ações de desenvolvimento em serviço, permitindo dedicar parte da jornada de trabalho ao estudo no contexto de pós-graduação stricto sensu.

Além disso, desde 2024, a UFSM dispõe do PGD (Programa de Gestão e Desempenho). O PGD possibilita flexibilização da jornada e da forma de execução das atividades, por meio das modalidades presencial, semipresencial ou teletrabalho, com foco em resultados e metas pactuadas. Essa política contribui para a conciliação entre demandas laborais e pessoais, favorecendo a qualidade de vida, a autonomia dos(as) servidores(as) e a eficiência institucional.

22. Quais ações de reconhecimento e valorização profissional estão em vigor?

A UFSM promove diversas ações institucionais de reconhecimento e valorização profissional dos seus servidores, especialmente por meio de iniciativas da Pró-Reitoria de Gestão de Pessoas (PROGEP) e eventos anuais ou periódicos. As principais ações em vigor incluem:

Projeto de Reconhecimento Profissional

O Projeto de Reconhecimento Profissional da UFSM é uma iniciativa da PROGEP, que visa valorizar e agradecer servidores e servidoras pela dedicação e tempo de serviço à instituição, com cerimônias anuais que homenageiam aqueles que completam 10, 20, 30, 40 e 50 anos de trabalho, além dos aposentados, destacando suas contribuições para a universidade.

Cerimônias de Homenagem aos Servidores por Tempo de Serviço

A UFSM realiza anualmente cerimônias especiais de reconhecimento para servidores e servidoras que completam 10, 20, 30, 40 e 50 anos de dedicação à instituição, ressaltando sua contribuição ao longo da carreira.

Cerimônias de Homenagem aos Servidores Aposentados

Há solenidades anuais específicas para homenagear servidores aposentados, celebrando sua trajetória e legado institucional.

Semana do Servidor Público

A Semana do Servidor Público é um evento anual que visa promover integração, valorização e bem-estar dos servidores, por meio de: palestras motivacionais e de desenvolvimento pessoal; oficinas e atividades culturais; eventos esportivos, como a Copa dos Servidores; Encontro de talentos e apresentações artísticas. Esse evento reforça o reconhecimento pelos serviços prestados e fortalece o



Ministério da Educação
Universidade Federal de Santa Maria
Pró-Reitoria de Gestão de Pessoas
Coordenadoria de Saúde e Qualidade de Vida do Servidor (CQVS)

sentimento de pertencimento à comunidade universitária.
Revivência - Encontro de aposentados da UFSM
Buscando promover a integração e a valorização dos(as) servidores(as) aposentados(as), a Pró-Reitoria de Gestão de Pessoas da Universidade Federal de Santa Maria promove, anualmente, o Revivência – encontro de aposentados da UFSM.

Em 2025 o Revivência promoveu a sua décima segunda edição, integrando a programação da Semana do Servidor Público da PROGEP. O projeto tem como objetivos: Promover o Programa Transformar o Hoje e os eixos que integram o projeto, contribuindo para a qualidade de vida e saúde dos(as) servidores(as) aposentados(as); Proporcionar atividades de integração e confraternização dos(as) servidores(as) aposentados(as); Promover a socialização e a manutenção de laços afetivos e profissionais; Criar um ambiente acolhedor e de convivência, que estimule o retorno dos(as) servidores(as) à instituição e o reencontro com colegas e amigos(as) e a participação destes(as) em projetos e programas de qualidade de vida oferecidos pela UFSM; Reconhecer e valorizar a sua contribuição para a instituição.

Concurso de Inovação na UFSM

As pró-reitorias de Gestão de Pessoas (PROGEP) e de Inovação e Empreendedorismo (PROINOVA) lançam, desde 2024, o Concurso de Inovação na UFSM. O objetivo é valorizar e reconhecer iniciativas de servidores públicos que atuam de forma inovadora no âmbito da instituição. Podem participar servidores docentes ou técnico-administrativos que tenham, nos últimos cinco anos, implementado ideias, métodos ou práticas em processos organizacionais e/ou serviços no âmbito da universidade.

SEÇÃO 9 — Ações Educativas e de Promoção à Saúde

23. A instituição realizou campanhas ou eventos de promoção da saúde mental nos últimos 3 anos? Se sim, qual (is)?

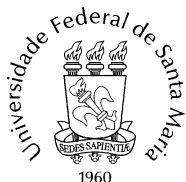
Sim, nos últimos 3 anos a Universidade Federal de Santa Maria (UFSM) realizou diversas campanhas e eventos voltados à promoção da saúde mental da sua comunidade acadêmica, contemplando estudantes, servidores e grupos internos. A seguir estão as principais iniciativas identificadas, além das já citadas anteriormente:

Campanha “Setembro Amarelo” – Promoção e Prevenção da Saúde Mental

Em 2023, A UFSM lançou uma campanha em alusão ao **Setembro Amarelo**, um movimento nacional de conscientização sobre a saúde mental e prevenção do suicídio. A iniciativa incluiu: *Lançamento de campanha institucional* de promoção e prevenção da saúde mental com oferta de cursos, palestras e materiais informativos; *Criação do site do Comitê de Saúde Mental (COSAME)* no âmbito da UFSM, para o seu fortalecimento; *Capacitações especializadas* para servidores(as) sobre bem-estar, acolhimento e transtornos mentais, ofertadas por meio do Portal de Capacitação.

Dia Mundial da Saúde Mental

Em outubro de 2024, em consonância com o Dia Mundial da Saúde Mental (10 de outubro), foram promovidas palestras temáticas sobre saúde mental no trabalho. O projeto Encontros de Promoção à Saúde e Bem-Estar do Servidor realizou a atividade como parte de sua terceira edição. A PROGEP e



Ministério da Educação
Universidade Federal de Santa Maria
Pró-Reitoria de Gestão de Pessoas
Coordenadoria de Saúde e Qualidade de Vida do Servidor (CQVS)

a Coordenadoria de Ações Educacionais (Caed) foram responsáveis pela realização do evento que teve como objetivo auxiliar os servidores a criar um ambiente de trabalho mais saudável e inclusivo.

Saúde Mental no Aplicativo UFSM Digital

Também naquele mês, o COSAME disponibilizou, dentro do aplicativo UFSM Digital, a guia Saúde Mental que pode ser acessada pelos alunos. Nesta sessão estão disponíveis orientações para situação de risco imediato, encaminhamentos para atendimento psicológico e pedagógico e detalhes sobre a Casa Verônica, espaço multiprofissional voltado para a promoção da igualdade de gênero e que também realiza atendimentos psicossociais. A última aba da guia Saúde Mental direciona os estudantes para o site do COSAME, que conta com vídeos, cartilhas, artigos e teses acadêmicas com orientações para a promoção da saúde mental, incluindo como aliviar sintomas de ansiedade, formas de acolher pessoas em situação de estresse e outros tópicos. Além dos materiais, o COSAME fornece orientações sobre o atendimento psicológico na universidade e também o contato dos setores pedagógicos dos centros de ensino.

Projeto Falaqui

A Equipe de Pesquisa Multicêntrica Psicanálise e Saúde Mental na Universidade, da UFSM, e o Núcleo de Pesquisa em Psicanálise, Educação e Cultura, da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (Ufrgs), desenvolveram em parceria o projeto Falaquí, que acolhe estudantes em situação de sofrimento psíquico de ambas as universidades. O projeto teve início no ano de 2024 com o objetivo de prestar assistência às vítimas da crise climática ocorrida no Rio Grande do Sul entre o final de abril e o início de maio deste ano.

Projeto UFSM Conecta Saúde Mental

No ano passado, a UFSM realizou o lançamento do projeto UFSM Conecta Saúde Mental, que articula ações entre diferentes órgãos da universidade (PROGEP, PRAE, PROGRAD e unidades de apoio pedagógico). O objetivo é integrar e fomentar iniciativas de promoção e prevenção em saúde mental já existentes na UFSM, bem como fortalecer espaços de convivência nos campi.

Oficinas CAED e SATIE

A Coordenadoria de Ações Educacionais (CAED/PROGRAD) e o Setor de Atenção Integral ao Estudante (SATIE/NAE/PRAE) oferecem anualmente oficinas de promoção do autoconhecimento e saúde mental para estudantes, como: Oficina de escrita e saúde mental; Oficina de arte e saúde mental; Grupos de Saúde Mental: Espaços para compartilhamento de experiências, percepções e sentimentos, possibilitando o apoio e o suporte mútuo. Ofertados semestralmente em modalidades variadas, como: grupos de acolhimento, grupoterapia, psicoarte, grupos voltados a populações específicas.

24. Existem relatórios multiprofissionais (SIASS/CISSP) sobre saúde mental dos servidores?

Uma equipe multiprofissional da CQVS faz reuniões de discussão de casos, de forma periódica, com definições de encaminhamentos/acompanhamento, a depender do caso analisado.



Ministério da Educação
Universidade Federal de Santa Maria
Pró-Reitoria de Gestão de Pessoas
Coordenadoria de Saúde e Qualidade de Vida do Servidor (CQVS)

SEÇÃO 10 — Planejamento e Documentos Institucionais

25. Há previsão de criação ou atualização da política institucional de saúde mental no que diz respeito a avaliação de riscos psicossociais; a criação de medidas preventivas a riscos psicossociais; monitoramento de condições de trabalho que afetam a saúde mental do servidor; e a implementação de ações estruturadas de promoção e prevenção aos riscos

psicossociais? Se sim, descreva.

Há previsão de criação de uma política institucional de saúde mental para a Universidade, a partir do COSAME.

26. Quais lacunas ou desafios a instituição reconhece na área de saúde mental do servidor? O maior desafio percebido hoje está em elaborar o PGR, com mapeamento/levantamento dos riscos psicossociais, para definição de ações específicas/direcionadas de todas as unidades da UFSM.

27. Há planejamento para ampliar ações preventivas, de vigilância ou programas de Qualidade de vida no Trabalho (QVT).

Sim, em 2026 a PROGEP está elaborando a Política de Gestão de Pessoas que irá abranger a definição de programas e ações estratégicas de QVT, visando ampliar ainda mais as ações já executadas.

SEÇÃO 11 — Envio de Documentos

28. Envio de política institucional de saúde mental (se existir).

Infelizmente a UFSM ainda não possui uma política institucional de saúde mental aprovada. Há o Comitê de Saúde Mental (COSAME).

RESOLUÇÃO UFSM N° 110, DE 31 DE OUTUBRO DE 2022, que aprova a criação do órgão colegiado denominado “Comitê de Saúde Mental (COSAME)” vinculado ao Gabinete do Reitor na estrutura organizacional da Universidade Federal de Santa Maria (UFSM).

Entre as atribuições do Comitê, estão discussões, já em andamento, sobre a criação de uma política institucional de saúde mental para a Universidade.

Link: <https://www.ufsm.br/pro-reitorias/proplan/resolucao-ufsm-n-110-2022>

Atenciosamente,

Daniela Huppés
Coordenadora da Coordenadoria de
Saúde e Qualidade de Vida do Servidor – CQVS/PROGEP