

# Todos à Bordo:

Diminua os riscos de acidentes e prejuízos financeiros provocados por adoecimento mental

## Entrevista com o Dr. Fabricio Netto,

Médico do Trabalho e Especialista no Setor Offshore.

 **BR MED**



# O Desafio da Saúde Mental no Offshore: Um Panorama Atual

Ao longo das décadas, o cenário da Saúde Mental no Brasil passou por transformações significativas. Inicialmente, as questões relacionadas aos cuidados mentais eram envoltas em estigmas e tabus, relegadas ao segundo plano. No **contexto Offshore**, a Saúde Mental dos trabalhadores tornou-se uma preocupação cada vez mais premente, refletindo uma realidade complexa e multifacetada. O **ambiente de trabalho**, influenciado por diversos fatores de **isolamento** e **alto grau de risco**, desenha um quadro desafiador que exige **ações inovadoras**. Abordar a Saúde Mental destes trabalhadores causa uma inquietação gradativa, que reflete desafios complexos e impactos significativos nas dinâmicas de trabalho. Separamos dois pontos que se relacionam com este desafio.

O setor Offshore tem **4x mais** afastamentos por doenças mentais

**Dados comparativos**

**com os demais setores**

**(de acordo com o INSS).**

## Estigma e Busca por Ajuda

O médico George Beard foi o pioneiro ao publicar os primeiros relatos sobre Saúde Mental no ambiente de trabalho em 1869. Apesar dos avanços no entendimento e tratamento, o estigma em torno dos transtornos mentais ainda prevalece.

## Desigualdades no Acesso a Serviços de Saúde Mental

Com trabalhadores de baixa renda e regiões remotas enfrentando barreiras para obter tratamento adequado, os desafios no acesso a serviços de Saúde Mental são evidentes.

# 5 Dicas Práticas

para cultivar um ambiente de trabalho saudável e apoiar a Saúde Mental

## Fomentar uma Cultura de Comunicação Aberta

Estimule os colaboradores para que se sintam à vontade em expressar seus sentimentos e preocupações.



## Oferecer Programas de Saúde Mental

Implemente ações abrangentes de Saúde Mental, como workshops, palestras e treinamentos.

## Estabelecer Políticas de Equilíbrio

Reconheça a importância da harmonia entre a vida pessoal e profissional.



## Criar Ambientes de Trabalho Positivos

Desenvolva iniciativas que considerem a realidade do ambiente Offshore, isso pode incluir sessões de relaxamento e hobbies.

## Fornecer Recursos de Apoio

Sessões de aconselhamento e programas de assistência demonstram o cuidado para construir uma cultura de apoio.



## Com Saúde Mental Não se Brinca: Atenção aos Danos e Prejuízos

Convidamos o Dr. Fabricio Netto, Médico do Trabalho e Especialista no Setor Offshore.

### Qual a importância do diagnóstico precoce da Saúde Mental?

Quanto mais cedo identificamos um problema e iniciamos o tratamento, maiores são as chances de um desfecho positivo. É por isso que é essencial ter um monitoramento quase rotineiro para os trabalhadores Offshore. O objetivo é detectar qualquer sinal de que o estresse está sendo mais impactante do que deveria.

### Quais práticas saudáveis os colaboradores podem seguir diante da pressão no trabalho Offshore?

Em primeiro lugar, priorizar uma boa noite de sono é fundamental. A qualidade do sono impacta diretamente em nosso desempenho diário e nosso bem-estar geral. Em segundo lugar, uma dieta nutritiva e equilibrada proporciona prazer e nutrientes necessários para funcionar de maneira otimizada. Em terceiro lugar, a prática regular de atividade

física não só ajuda a aliviar o estresse, mas também promove um sono mais reparador e rejuvenescedor, auxiliando o primeiro ponto em que eu citei.

### Como a gestão ativa da Saúde Mental pode ser vista como um benefício para a empresa?

Considerando que o setor Offshore enfrenta taxas de afastamento 4 vezes maiores em relação aos demais setores, essa gestão se torna um investimento estratégico com retornos tangíveis.

Ao priorizar a Saúde Mental, as empresas do setor de Óleo & Gás **retêm talentos valiosos** e **promovem** uma melhor **qualidade de vida** para seus colaboradores.

### Fabricio Netto

Médico do Trabalho e Especialista no Setor Offshore. CRM: 91699-4

Two workers in safety gear, including orange high-visibility vests and yellow hard hats, are positioned on a high-altitude metal structure. The worker in the foreground is wearing a purple long-sleeved shirt and blue jeans, while the worker behind is wearing a dark jacket. They are both secured with safety harnesses and ropes. The background is a clear blue sky with some light clouds.

## Mais Segurança e Menos Perdas

### Conheça o Programa de Saúde Mental da BR MED

Desenvolvido exclusivamente para empresas de Energia e Óleo & Gás, o **Programa de Saúde Mental da BR MED**, já chancelado por grandes empresas, reconhece a complexidade inerente ao papel do médico e sua gestão na saúde dos colaboradores em ambientes desafiadores como o setor Offshore. Nosso programa visa a **qualidade** e a **precisão** para mapear e atender às **necessidades específicas desse cenário único**, onde a pressão constante e o isolamento podem impactar a Saúde Mental dos colaboradores de forma singular.

## Pontos-Chave do Nosso Programa:

Nosso objetivo é o funcionamento eficaz das empresas e a **qualidade de vida** dos colaboradores. Baseado nisso, o programa é assinado por uma **psicóloga especializada em Saúde Mental**, bem como por médicos do trabalho. Para atingir o ponto vital do ambiente Offshore, temos uma base estruturada que pode servir para todas as empresas, mas se torna **customizável**, conforme as particularidades da sua equipe.

### Anamnese do seu time

Cada colaborador irá preencher uma ficha de avaliação psicológica **Self Report Questionnaire SRQ20**, quando comparecer em uma clínica.

### Direcionamento

Após a identificação de um colaborador com sinais de alteração, nossos **psicólogos** iniciam um **acompanhamento de qualidade**, seguindo o protocolo da política interna da sua empresa.

### Relatórios e sugestões

Painéis personalizados com **dados imprescindíveis** para os médicos, fornecendo **base para ações de apoio** aos colaboradores.

### Treinamento

Os médicos desempenham um papel crucial no programa, sendo assim, trabalharemos juntos para **fortalecer a cultura organizacional** e contribuir para um ambiente mais compreensivo.





O trabalho pode ser tanto promotor quanto detrator da Saúde Mental do colaborador.”

Dr. Gustavo Cardoso, Gerente Médico da BR MED.

**Você pode ter ao seu lado um parceiro de alto calibre, já chancelado por grandes corporações**

Ao investir com a **líder do segmento**, as empresas não apenas demonstram seu compromisso com a **diminuição** do número de **afastamentos** da sua equipe, mas também garantem um **ambiente mais saudável e produtivo**.



Clique aqui e fale com a **BR MED**



CLIQUE E ASSISTA

**BR MED Talks** | Neste episódio, nosso CMO, Dan Contente, conversou com o Dr. Gustavo Cardoso, Gerente Médico da BR MED, sobre os tópicos que envolvem a Saúde Mental dos trabalhadores.



**BR MED**

SAÚDE CORPORATIVA

**Coordenação Médica**

GERENTE DE SAÚDE

Fabricao Netto

CRM 52.91699-4

GERENTE MÉDICO

Gustavo Cardoso

CRM 52.87205-9

**Imagens** com direitos reservados à BR MED e a Freepik.com

**Conteúdo**

Wendel Rufino

**Revisão**

Melissa Otero

**Projeto Gráfico e**

**Diagramação**

Karina Lopes

Este ebook é propriedade intelectual da BR MED.


A reprodução proibida, 2024.

Entre em contato pelo e-mail [enablement@grupobrmed.com.br](mailto:enablement@grupobrmed.com.br)

siga em

 @grupobrmed

acompanhe o

 @grupobrmed