

Faculdade de Tecnologia e Ciências (FTC):

Telefone (77) 3424-3735. Rua Leonídio Oliveira, 837, bairro Recreio. (Em frente ao portão dos fundos da FTC.). Não precisa de encaminhamento, a pessoa liga para deixar o nome na lista de espera. É feito contato para agendamento de atendimento inicial.

Núcleo de Práticas Psicológicas (NUPPSI):

Telefone (77) 3424-1045. Rua 13 de maio, nº 369, bairro Recreio. O Núcleo de Práticas Psicológicas está aberto das 07h00 às 19h00. Há serviço de Plantão Psicológico, do qual não necessita agendamento prévio; a pessoa será atendida por ordem de chegada. Psicoterapia pode ter fila, mas enquanto aguarda para tal, há possibilidade de passar pelo plantão ou outras práticas psicoterápicas realizadas no serviço.

Planos de Saúde: Para Psicoterapia precisa de encaminhamento médico, pode ser clínico. Segundo normativa da ANS, o plano tem prazo de 10 dias para a marcação da primeira consulta, então peça o protocolo do atendimento

Serviço de Psicologia da Universidade Federal da Bahia - UFBA: Rua Jonas Hortélio, 377, bairro Recreio. Deve-se ligar para deixar o nome, data de nascimento e telefone na lista de espera. É feito contato para agendamento de atendimento inicial e está levando de seis meses a um ano para ser chamado. Atualmente também está sendo ofertado serviço de Plantão Psicológico, este ocorre nas terças das 8h às 12h e quartas das 8h00 às 18h00. O critério para atendimento é ordem de chegada.

COMISSÃO EDITORIAL:

Ana Cláudia R. Pina – Graduanda em Psicologia pela UESB. Contato: anacrp10@gmail.com
Fátima Nascimento Oliveira – Graduanda em Psicologia pela UESB. Contato: fatimapsi.n.o@gmail.com
Rebeca Silva Fernandes – Graduanda em Psicologia pela UESB. Contato: rebeca_s.fernandes@hotmail.com
Emilly Fabrine Freire Martins – Graduanda em Psicologia pela UESB. Contato: mileydefabrine@gmail.com

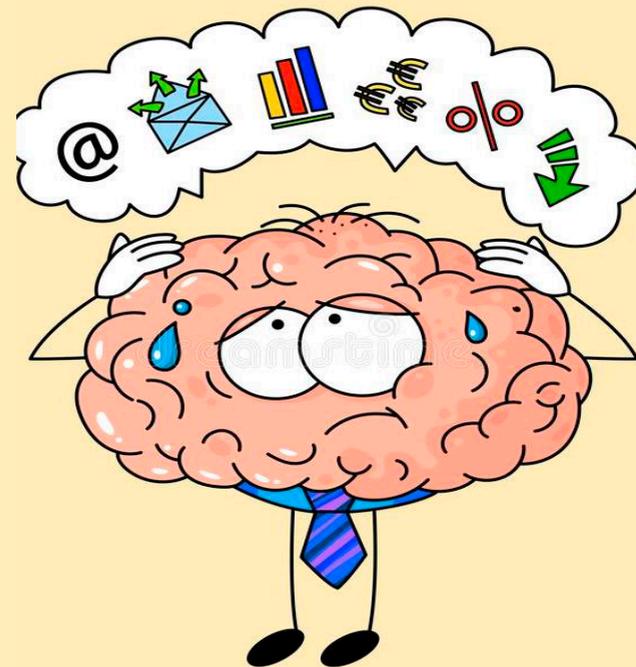
ORIENTAÇÃO:

Profa. Dra Carmem Virgínia Moraes – Psicóloga CRP 03/2046. Contato: carmem.virginia@uesb.edu.br

REFERÊNCIAS:

- ALENCAR, E. O., et al. Estresse e ansiedade e transplante renal. *Revista Saúde & Ciência online*. v. 4, n. 2, p. 61-82, 2015.
- CARDOSO, A. W. M.; BAKKE, H. A. Estresse ocupacional em profissionais de saúde dos centros de atenção psicossocial. *REBRAS*, v. 1, n. 1, p. 23-29, 2018.
- CARLOTTO, M. S. A síndrome de Burnout e o trabalho docente. *Psicol. estud.*, Maringá, v. 7, n. 1, p. 21-29, Jun. 2002.
- DEJOURS, C. *A loucura do trabalho: estudo de psicopatologia do trabalho*. São Paulo: Cortez, 1992.
- LIMA, L. K. S. de. et al. Fatores apontados por profissionais como desencadeadores de ansiedade em Centros de Atenção Psicossocial do município de Cabedelo. *Rev. bras. ciênc. saúde*; 21(3): 269-274, 2017.

Saúde Mental dos Trabalhadores da Área da Educação



Doenças Ocupacionais

Colégio do Curso de
PSICOLOGIA



Acometimentos à saúde mental dos trabalhadores da área da educação

As condições e as relações vivenciadas dentro do espaço laboral podem interferir no desempenho e na saúde mental do trabalhador. Dentro dessa perspectiva, a saúde no ambiente de trabalho vem se tornando uma questão de debate cada vez maior. Enfatizando a saúde do trabalhador da área de educação, percebe-se que vários aspectos podem estar envolvidos com doenças ocupacionais, tais como: alta jornada de trabalho, acúmulo de trabalho (na maioria das vezes levado para casa), relações tensas, baixa remuneração, entre outros. Na perspectiva da promoção de saúde, a escola deve ser vista como um ambiente protetor da saúde, sendo que as estratégias para tal devem estimular a flexibilização de currículos escolares e criar espaços institucionais para o planejamento integrado da educação e da saúde com enfoque integral e participativo.

DOENÇAS OCUPACIONAIS

São enfermidades desencadeadas pelas condições do ambiente de trabalho. Podem ter causas físicas e/ou psicológicas, e englobam mais de 30 doenças, como as Lesões por Esforço Repetitivo (LER), o Estresse, Ansiedade, Depressão e Síndrome de *Burnout*.



Estresse

Cardoso e Bakke (2018) definem o estresse como um estado antecipado de ameaça ao equilíbrio do organismo, dando-se através de um conjunto de respostas emocionais e fisiológicas que envolvem tensão, irritabilidade, cansaço, dificuldade para dormir, dificuldade em respirar, dores de estômago e cabeça; suor nas mãos, entre outros.

Ansiedade



A ansiedade, segundo Alencar et al. (2015), é uma resposta normal às vivências ameaçadoras. A patologia está presente quando as manifestações psicofísicas são desproporcionais à situação real. Entre as alterações fisiológicas tem-se a insônia, palidez, alterações cardiorrespiratórias, hipercontração muscular, tremor, tontura, desordens intestinais, dores de cabeça, etc. Já as alterações emocionais envolvem sensação de medo, insegurança, antecipação apreensiva, pensamento catastrófico, aumento do período de vigília ou alerta, etc.



Depressão

Doença incapacitante relacionada à alteração de humor, caracterizada por tristeza profunda e duradoura, perda de interesse pelas coisas que traziam prazer à pessoa, irritabilidade, choro fácil e baixa auto-estima. Seu tratamento requer acompanhamento psicológico e psiquiátrico, mediado, em muitos casos, por medicamentos estabilizadores de humor e ansiolíticos.

Síndrome de Burnout



Burnout é um tipo de estresse ocupacional que acomete profissionais envolvidos com qualquer tipo de cuidado em uma relação de atenção direta, contínua e altamente emocional. É constituída de três dimensões: exaustão emocional (falta de energia ou entusiasmo, sentimento de esgotamento de recursos), despersonalização (tratar clientes, colegas e a organização como objetos) e diminuição da realização pessoal no trabalho (tendência a se auto avaliar de forma negativa).

Onde buscar ajuda?

Possibilidades para atendimento Psicológico e/ou psiquiátrico na cidade de Vitória da Conquista:

Ambulatório de Saúde Mental. Endereço - CEMAE: Avenida Olívia Flores, 3000 – Candeias. Telefone: (77) 3421-5942.

CAPS II - Centro de Atenção Psicossocial: Praça Sá Barreto. Levar cartão SUS, RG, CPF e comprovante de residência: (77) 3422-9392. Funciona de segunda a sexta de 8h00 às 17h00 horas na manhã. Procedimento inicial: preencher ficha e passar por entrevista.

Centro de Atenção Psicossocial Álcool e Outras Drogas, CAPS AD III: Rua T, localizado no loteamento Morada dos Pássaros II, Bairro Felícia, próximo à Avenida Filipinas. Levar Cartão SUS, comprovante de residência e identidade. Em dias úteis, o atendimento se dá a partir das 7h00 (exceto quarta pela manhã). O procedimento inicial é preencher ficha e passar pelo acolhimento. Precisa ter registro do SUS do município de Vitória da Conquista. Telefone: (77)3422-8131.

Centro de Referência em Saúde do Trabalhador (CEREST): Tel. (77) 3422-8270 / 3422-8277. Endereço: Avenida Otávio Santos, nº 618, no bairro Recreio. A instituição presta assistência especializada aos trabalhadores acometidos por doenças e acidentes relacionados ao trabalho. O atendimento é realizado com todas as classes trabalhistas.

Faculdade Maurício de Nassau: Telefone: (77) 3429-6461 – Av. Otávio Santos 158, bairro Recreio. Fazer contato telefônico para deixar o nome na lista de espera. Posteriormente, a equipe entrará em contato para agendamento de atendimento inicial, gratuito, no formato de Plantão Psicológico. Taxa de manutenção do serviço: R\$ 13,00 a cada atendimento.