



Faculdade
FAESB

SAÚDE MENTAL



**PRESIDENTE DA MANTENEDORA E DIRETORA GERAL DA
FAESB**

Prof^a. Ma. Nílcia Cristina de Carvalho Julian

DIREÇÃO GERAL

Prof. Me. Antônio David Julian

DIREÇÃO ADMINISTRATIVO

André de Queiroz Silva

DIREÇÃO ACADÊMICA

Prof^a. Ma. Cristiane Bevilaqua Mota

COORDENAÇÃO DO CURSO

Prof^a Dra. Lucília Grando

ORGANIZAÇÃO

Prof^a Dra. Lucília Grando

Prof^a Ma. Michelle Cabral

Prof Esp. Técio Araújo Dos Santos

Prof^a Ma. Jociane Marthendal Oliveira Santos

EDITORAÇÃO

Gabriela Almeida Ribeiro

Laura Delazari Lencioni

Marlon do Amaral



FAESB

FICHA CATALOGRÁFICA

Elaborada pela Biblioteca Prof.ª Maria Angélica Alves Mattos de Oliveira

S255

**Saúde mental / organização de Lucília Grando ... [et. al.] ;
diagramação de Gabriela Almeida Ribeiro, Laura Delazari
Lencioni e Marlon do Amaral. – Tatuí, 2024.**

29 f. : il. ; 30 cm .

Inclui bibliografia.

Esta cartilha listou todos os 34 alunos do 4º semestre de 2024, do curso de Psicologia, que participaram desta obra.

1. Saúde mental da criança. 2. Saúde mental no trabalho. I. Grando, Lucília. II. Cabral, Michelle. III. Santos, Técio Araújo dos. IV. Santos, Jociane Marthendal Oliveira. V. Ribeiro, Gabriela Almeida. VI. Lencioni, Laura Delazari. VII. Amaral, Marlon do. VIII. FAESB. IX. Título.

CDD 157.92

Bibliotecária Alana Ribeiro Rodrigues

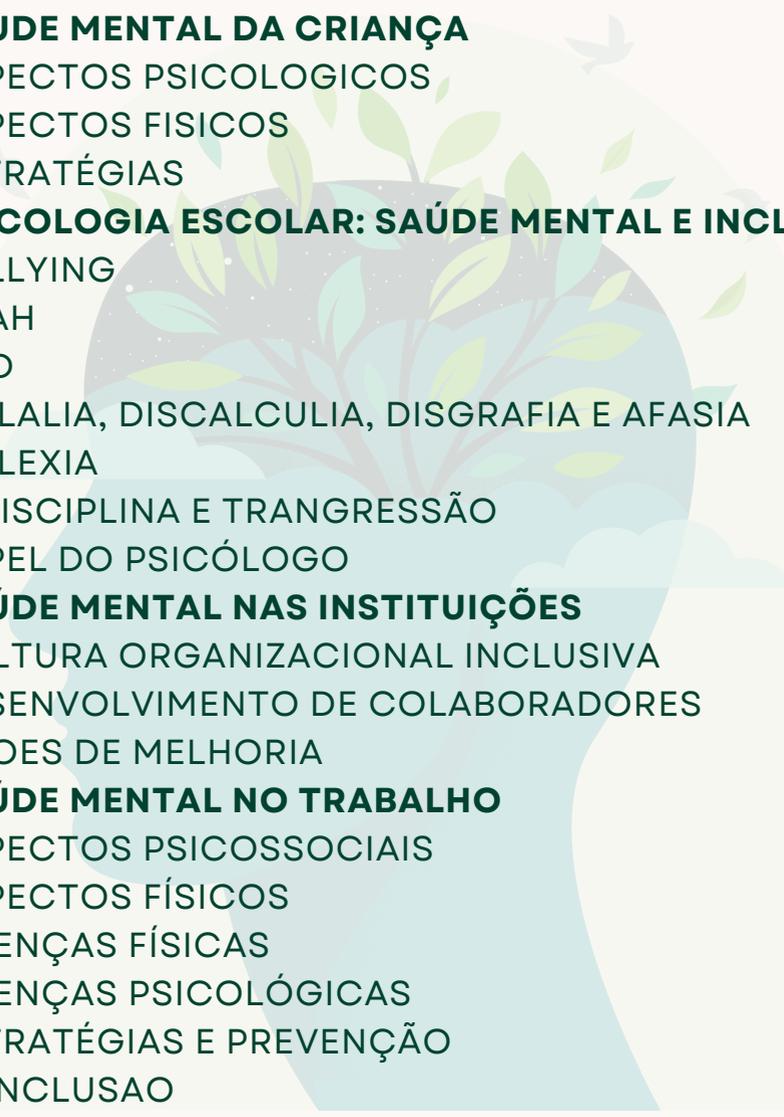
CRB-8/8791

ALUNOS COLABORADORES DO 4º SEMESTRE DE 2024



Adriana de Proença e Paiva
Adriana Santana
Ana Beatriz Marson
Ana Carolina Vieira Ferraz da Silva
Ana Laura Garpelli Aquino Lobo
Ana Laura Pozzi de Freitas
Ana Laura Ricioli Machado
Carolina Antunes Miranda
Caroline Silveira de Lamare Paula
Cibele Bueno de Paula Xavier de Barros dos Santos
Cibelle Cristina Sebastiani
Douglas Paes Bagattine
Emanuelli Molinari Alves
Erika Alves Martins
Francine Figueiredo de Moraes
Gabriela Almeida Ribeiro
Giovana de Jesus dos Santos
Heloisa Vitória Assunção de Souza
Isadora Mendes Varanda
Laura Delazari Lencioni
Leonardo de Oliveira Nobre
Letícia Marques Fantoni
Luana do Nascimento
Maiara Cristina Cardoso
Marlon do Amaral
Michele Larissa Pereira de Souza
Nicolas Caresia
Nicole Victoria Nogueira Marques
Nicóle Vieira de Moraes
Rodrigo Delazari Lencioni
Simone Bertunes Alves
Stéfan Blanco
Tatiane Fernanda Pereira
Vitória Aparecida Gonçalves Correa

SUMÁRIO

1. **SÁUDE MENTAL DA CRIANÇA**
 2. ASPECTOS PSICOLÓGICOS
 3. ASPECTOS FÍSICOS
 4. ESTRATÉGIAS
 5. **PSICOLOGIA ESCOLAR: SAÚDE MENTAL E INCLUSÃO**
 6. BULLYING
 7. TDAH
 8. TOD
 9. DISLALIA, DISCALCULIA, DISGRAFIA E AFASIA
 10. DISLEXIA
 11. INDISCIPLINA E TRANSGRESSÃO
 12. PAPEL DO PSICÓLOGO
 13. **SAÚDE MENTAL NAS INSTITUIÇÕES**
 14. CULTURA ORGANIZACIONAL INCLUSIVA
 15. DESENVOLVIMENTO DE COLABORADORES
 16. AÇÕES DE MELHORIA
 17. **SAÚDE MENTAL NO TRABALHO**
 18. ASPECTOS PSICOSSOCIAIS
 19. ASPECTOS FÍSICOS
 20. DOENÇAS FÍSICAS
 21. DOENÇAS PSICOLÓGICAS
 22. ESTRATÉGIAS E PREVENÇÃO
 23. CONCLUSÃO
- 

SAÚDE MENTAL DA CRIANÇA

A OMS define saúde por "um estado de bem-estar físico, mental e social, na qual o indivíduo sente-se bem consigo e nas interações com outras pessoas."

Desta forma podemos proporcionar um caminho saudável e feliz para nossas crianças, cuidando de alguns aspectos como:

- **Fatores Biológicos:** integridade física, saúde e bem-estar;
- **Fenômenos do social:** interações entre a criança e o ambiente;
- **Fatores psicológicos:** desenvolvimento da aprendizagem e da personalidade;
- **Outros fatores:** relações afetivas, rotina, atividades físicas, qualidade do sono e exposição a substâncias tóxicas.

ASPECTOS PSICOLÓGICOS

A saúde mental das crianças é um tema crucial que merece atenção, pois as experiências nos primeiros anos de vida influenciam o desenvolvimento emocional e social da criança, moldando sua forma de lidar com desafios futuros.

- **Identificação de Problemas:** Sinais como irritabilidade e mudanças no sono e apetite podem indicar problemas emocionais em crianças.
- **Intervenção Profissional:** Psicólogos e psiquiatras infantis oferecem diagnóstico e tratamentos essenciais, como a terapia cognitivo-comportamental.
- **Importância do Diálogo:** Falar abertamente sobre saúde mental ajuda a reduzir estigmas e incentiva famílias a buscar apoio.
- **Desenvolvimento de Habilidades Sociais:** Programas que promovem interação e empatia fortalecem a autoestima e a resiliência.
- **Responsabilidade Social:** Investir na saúde mental infantil contribui para gerações futuras mais saudáveis

ASPECTOS FÍSICOS

O corpo e a mente de uma criança estão conectados, e os aspectos físicos podem impactar negativamente a saúde mental, influenciando a forma como a criança constrói suas primeiras experiências e suas relações. São de extrema importância alguns dos aspectos físicos:

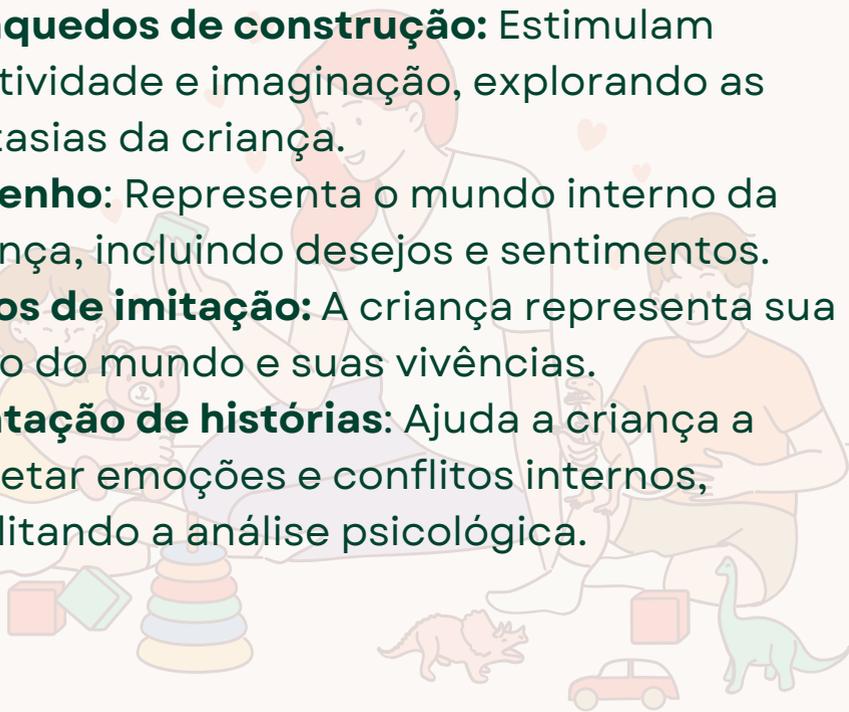
- **Desenvolvimento Neurológico:** Impacta o crescimento emocional e físico.
- **Dor Crônica:** Aumenta ansiedade e desequilíbrio emocional.
- **Baixa Autoestima:** Dificulta uma visão saudável de si.
- **Nutrição:** Reflete angústias da infância.
- **Deficiências Físicas:** Afeta a formação de autoestima estável.



ESTRATÉGIAS

Melanie Klein destacou que a brincadeira é fundamental para a saúde mental das crianças, permitindo que expressem emoções e conflitos de forma simbólica. Entre as brincadeiras recomendadas por ela, estão:

- **Brincadeiras com bonecas:** Permitem à criança expressar seu mundo interno e elaborar seus sentimentos.
- **Massinha de modelar:** Ajuda a criança a expressar emoções e trabalhar a frustração ao criar e remodelar figuras.
- **Brinquedos de construção:** Estimulam criatividade e imaginação, explorando as fantasias da criança.
- **Desenho:** Representa o mundo interno da criança, incluindo desejos e sentimentos.
- **Jogos de imitação:** A criança representa sua visão do mundo e suas vivências.
- **Contação de histórias:** Ajuda a criança a projetar emoções e conflitos internos, facilitando a análise psicológica.



PSICOLOGIA ESCOLAR: SAÚDE MENTAL E INCLUSÃO

A atuação de psicólogos nas escolas, regulamentada por novas leis (Lei 13935/2019, Decreto nº 63.135/2024 e Lei 14819/2024), fortalece o apoio psicossocial e a integração entre saúde e educação. Temas como bullying, TDAH, TOD, indisciplina e dificuldades de aprendizagem são abordados com causas, sintomas e estratégias, promovendo bem-estar e inclusão para toda a comunidade escolar.



BULLYING

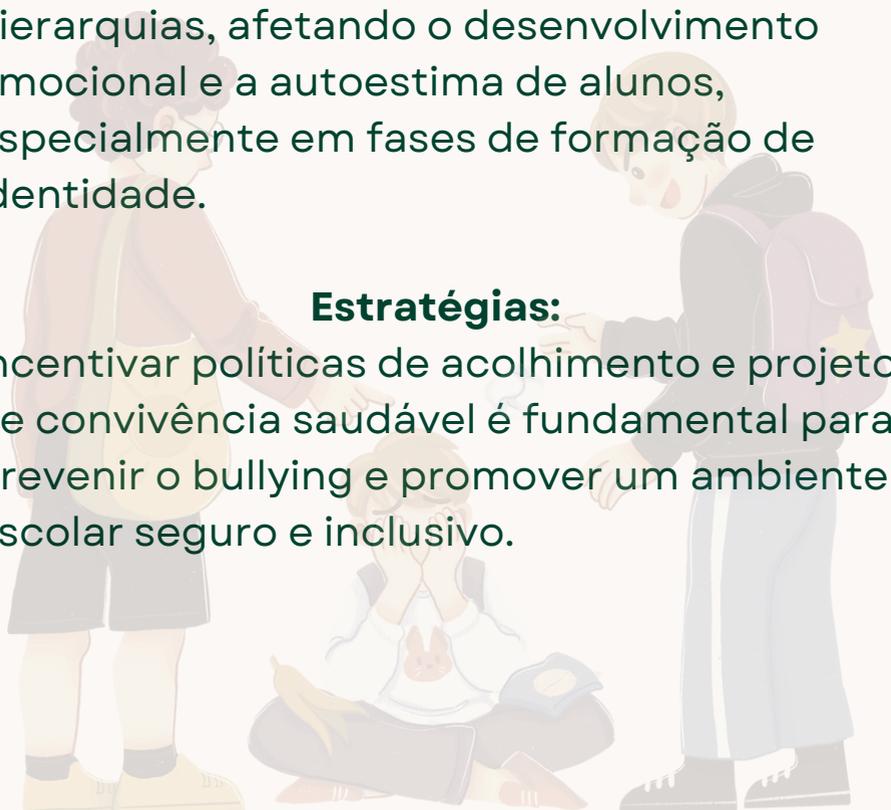
O bullying, forma de violência recorrente nas escolas, afeta a autoestima e o desenvolvimento emocional dos alunos, prejudicando o aprendizado e podendo levar à evasão escolar. Compreender suas causas e aplicar estratégias de prevenção é essencial para promover um ambiente saudável e seguro.

Causas:

- O bullying surge em ambientes com exclusão e hierarquias, afetando o desenvolvimento emocional e a autoestima de alunos, especialmente em fases de formação de identidade.

Estratégias:

- Incentivar políticas de acolhimento e projetos de convivência saudável é fundamental para prevenir o bullying e promover um ambiente escolar seguro e inclusivo.



TDAH

O TDAH é um distúrbio neurobiológico que dificulta a concentração e o controle de impulsos, gerando desafios no ambiente escolar. Identificar suas causas, sintomas e aplicar estratégias de apoio adequadas é essencial para o sucesso acadêmico dos alunos.

Causas e Sintomas:

- Excesso de chumbo no sangue.
- Fatores perinatais e complicações no nascimento.
- Alterações metabólicas.
- Fatores biológicos e psicossociais combinados.
- Hiperatividade e impulsividade.
- Irritabilidade e esquecimento.
- Desatenção e procrastinação.

Estratégias de Trabalho:

- Estabelecer rotinas e ambientes organizados.
- Usar rotina visual e materiais adaptados.
- Oferecer atividades físicas e suporte emocional.
- Garantir comunicação aberta com professores.

TOD (TRANSTORNO OPOSITOR DESAFIADOR)

O Transtorno Opositivo Desafiador (TOD) é um transtorno comportamental infantil caracterizado por padrões frequentes de desobediência, irritabilidade e hostilidade, sendo mais comum em meninos, com prevalência de 3 a 5%.

Causas e Sintomas

O TOD pode ser causado por fatores genéticos, um ambiente familiar disfuncional e dificuldades de autorregulação emocional. Os principais sintomas incluem desobediência, irritabilidade, discussões e recusa em seguir regras.

Estratégias e Intervenções

O tratamento envolve Terapia Cognitivo-Comportamental, terapia familiar e gestão parental com limites claros. A mobilização de uma abordagem multidisciplinar, incluindo educadores, é fundamental para apoiar a criança.

DISLALIA, DISCALCULIA, DISGRAFIA E AFASIA

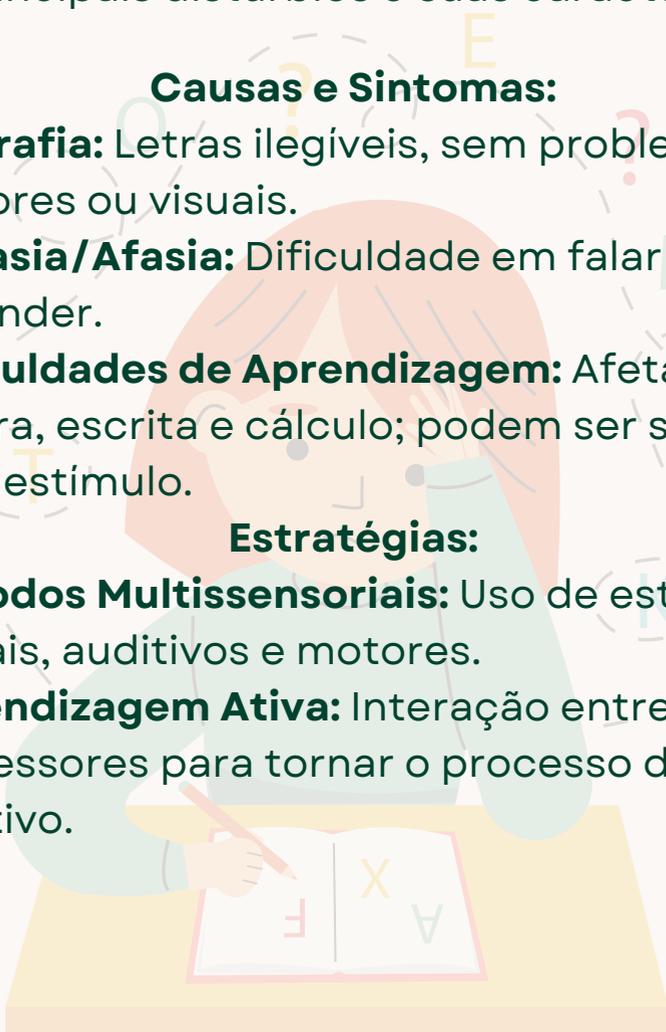
Distúrbios de aprendizagem podem afetar habilidades fundamentais como leitura, escrita, fala e matemática, prejudicando o desenvolvimento escolar. Abaixo, listamos alguns dos principais distúrbios e suas características:

Causas e Sintomas:

- **Disgrafia:** Letras ilegíveis, sem problemas motores ou visuais.
- **Disfasia/Afasia:** Dificuldade em falar e entender.
- **Dificuldades de Aprendizagem:** Afetam leitura, escrita e cálculo; podem ser superadas com estímulo.

Estratégias:

- **Métodos Multissensoriais:** Uso de estímulos visuais, auditivos e motores.
- **Aprendizagem Ativa:** Interação entre alunos e professores para tornar o processo dinâmico e atrativo.



DISLEXIA

A dislexia é um distúrbio neurológico que dificulta a leitura e a escrita, influenciado por fatores genéticos e cerebrais.

Tipos:

- Visual (dificuldade em visualizar palavras).
- Auditiva (dificuldade em interpretar sons).
- Mista (combinação de ambos).

Sintomas:

- **Infância:** Dispersão, atraso na fala, desinteresse por livros.
- **Fase Escolar (7 anos):** Dificuldade de leitura, desatenção, baixa autoestima.
- **Adultos:** Lentidão na leitura, problemas de organização, dificuldade em compreender textos e fazer anotações.

Diagnóstico e Tratamento

O diagnóstico envolve equipe multidisciplinar e testes específicos. Embora não tenha cura, o suporte precoce com fonoaudiólogos e psicólogos ajuda a superar desafios e a levar uma vida normal.

INDISCIPLINA E TRANSGRESSÃO

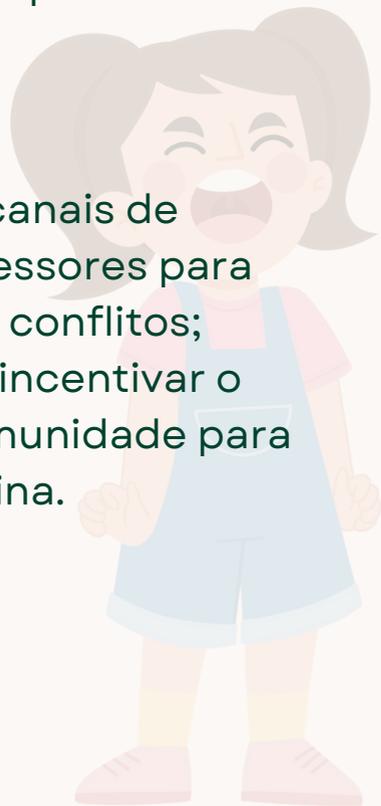
A indisciplina escolar surge de fatores sociais, emocionais, acadêmicos e estruturais, incluindo problemas familiares, baixa autoestima, dificuldades de aprendizagem e falta de normas claras.

Causas:

- Influências familiares, busca por aceitação, saúde emocional, desinteresse acadêmico, e cultura escolar. A falta de apoio psicológico e um ambiente escolar inadequado também contribuem.

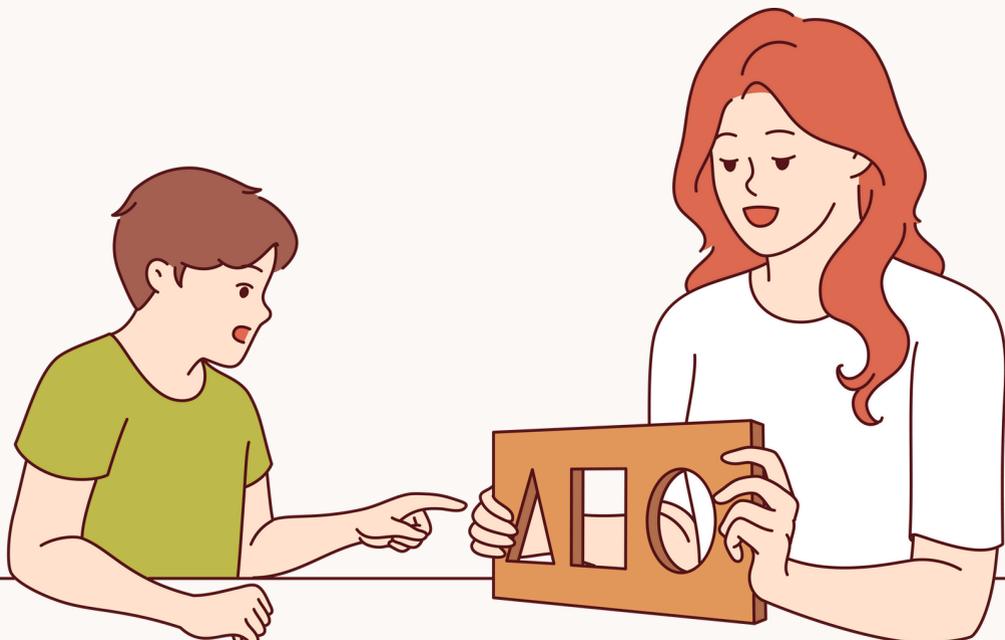
Estratégias:

- Estabelecer normas claras e canais de comunicação; capacitar professores para gestão de sala e resolução de conflitos; oferecer apoio psicológico; e incentivar o envolvimento da família e comunidade para reforçar valores e autodisciplina.



PAPEL DO PSICÓLOGO

O papel do psicólogo frente as demandas escolares é de acompanhar pais, alunos e profissionais da educação promovendo reflexões, sensibilizações, palestras, rodas de conversas e treinamentos a fim de prevenir e combater fenômenos que prejudiquem a saúde mental da comunidade escolar. O trabalho do psicólogo junto às escolas ocorre nas coletividades e em casos pontuais como os processos de inclusão, casos de violências e abusos juntamente com o assistente social.



SAÚDE MENTAL NAS INSTITUIÇÕES

QUAL A RELAÇÃO ENTRE AS POLÍTICAS DE AÇÕES AFIRMATIVAS E A SAÚDE MENTAL?

As políticas de ações afirmativas ajudam a criar um ambiente seguro, promovendo respeito e inclusão. Elas também contribuem para a saúde mental, melhorando as relações sociais por meio de regras e orientações.



CULTURA ORGANIZACIONAL INCLUSIVA

Uma cultura organizacional inclusiva é fundamental para o sucesso de uma empresa. Resultando em:

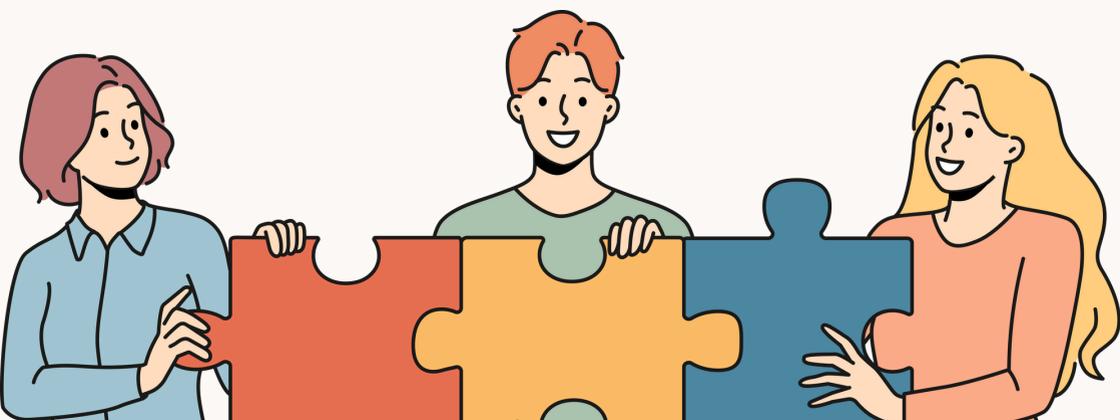
- Colaboradores engajados e produtivos;
- Redução de absenteísmo;
- Ambiente de trabalho colaborativo;
- Desenvolvimento de novos talentos;
- Benefício a saúde mental e a qualidade de vida no trabalho.



COLABORADORES COM UM OLHAR INCLUSIVO

Para desenvolver os funcionários e promover a inclusão, é importante implementar ações como:

- Treinamentos sobre diversidade e preconceitos;
- Programas de mentoria para talentos diversos;
- Grupos de afinidade para troca de experiências.



MELHORIA DA CULTURA ORGANIZACIONAL

Para ter um ambiente de trabalho saudável e produtivo, é importante oferecer formas de denunciar e resolver conflitos, para uma comunicação clara é essencial:

- Canais de feedback e denúncia;
- Investir em desenvolvimento profissional;
- Reconhecimento e valorização de colaboradores;
- Incentivar o equilíbrio entre vida profissional e pessoal.



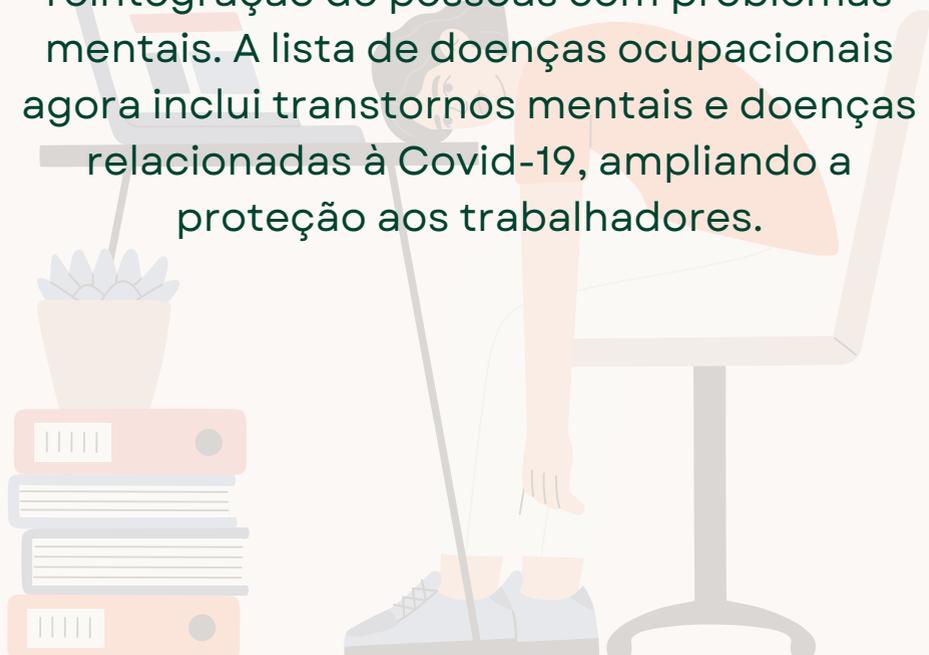
SAÚDE MENTAL NO TRABALHO

Adultos podem passar entre 8 e 10 horas diárias no trabalho, e ambientes com alta pressão, má liderança, jornadas exaustivas e metas abusivas podem prejudicar a saúde mental dos colaboradores, gerando estresse, fadiga, irritabilidade, desânimo, insônia e até burnout. Por outro lado, indivíduos com saúde mental em dia têm maior chance de alcançar seu potencial e contribuir positivamente para a equipe e organização.



ASPECTOS PSICOSSOCIAIS DA SAÚDE MENTAL NO TRABALHO

A OMS estima uma perda de 12 bilhões de horas de trabalho devido a problemas psicológicos como ansiedade e depressão. No Brasil, em 2022, o INSS registrou 209.214 afastamentos por transtornos mentais. A OMS e a OIT recomendam políticas para reduzir fatores de risco psicossociais no trabalho, visando proteger a saúde mental dos trabalhadores. A RAPS e os CAPS, com apoio do SUS, oferecem atendimento e reintegração de pessoas com problemas mentais. A lista de doenças ocupacionais agora inclui transtornos mentais e doenças relacionadas à Covid-19, ampliando a proteção aos trabalhadores.



ASPECTOS FÍSICOS DA SAÚDE MENTAL NO TRABALHO

A saúde mental no trabalho também impacta fisicamente os colaboradores, causando problemas como dores, fadiga e distúrbios do sono. Pressões constantes e ambientes inadequados podem gerar condições que afetam a qualidade de vida e a produtividade.

Principais Aspectos da Ergonomia

- **Postura e Movimentação:** Alternar entre trabalhar em pé e sentado ajuda a reduzir o desgaste físico.
- **Uso de Telas:** Ambientes bem iluminados e o uso de lentes podem ajudar a proteger os olhos e prevenir desconforto visual.

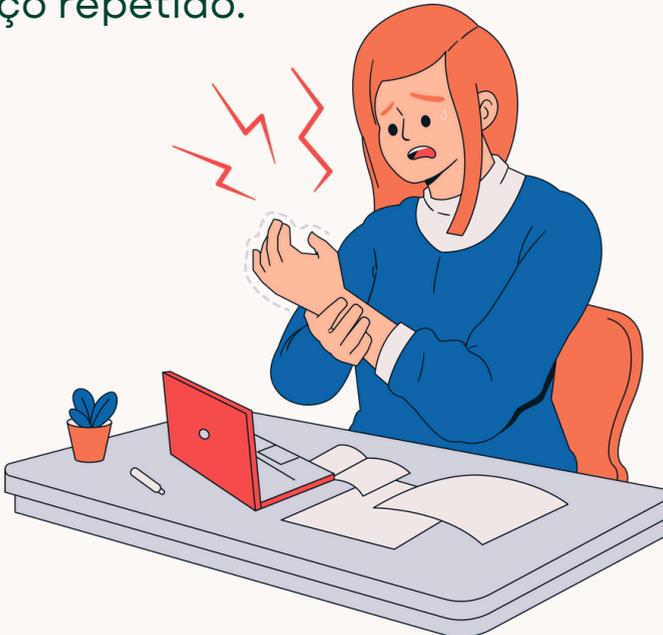
Sinais de Prejuízos à Saúde

- Dor e desconforto no corpo
- Dormência nos braços
- Cefaleias
- Perda Auditiva e Visual
- Alergias e Reações Cutâneas



DOENÇAS FÍSICAS NO TRABALHO

- **LER e DORT:** Lesões causadas por movimentos repetitivos ou posturas inadequadas, como dores musculares e articulares.
- **Síndrome do Túnel do Carpo:** Causa dor e formigamento nos pulsos devido ao uso excessivo das mãos.
- **Hérnia de Disco:** Dores nas costas causadas por levantamento inadequado de peso ou postura errada.
- **Tendinites:** Inflamação nos tendões devido ao esforço repetido.



DOENÇAS PSICOLÓGICAS NO TRABALHO

- **Estresse:** Resultado de pressões no trabalho, levando a desgaste físico e emocional.
- **Burnout:** Exaustão extrema causada por sobrecarga de trabalho e falta de reconhecimento.
- **Ansiedade e Depressão:** Comuns em ambientes de alta pressão e exigência constante.



ESTRATÉGIAS E PREVENÇÃO

- **Apoio psicológico:** Oferecer acesso a programas de assistência ou profissionais especializados.
- **Ambiente acolhedor:** Incentivar a comunicação aberta entre colaboradores e liderança.
- **Respeito ao horário de trabalho:** Evitar a sobrecarga fora do expediente.
- **Pausas regulares:** Promover intervalos durante o dia para reduzir o estresse e melhorar o foco.
- **Treinamento de liderança:** Capacitar líderes para identificar e lidar com questões de saúde mental.
- **Política de inclusão e respeito:** Criar políticas claras contra assédio moral e promover a diversidade.
- **Programas de saúde física:** Investir em convênios com academias e aulas em grupo proporcionando bem-estar físico ao colaborador.

CONCLUSÃO

A promoção da saúde mental é fundamental para a construção de uma vida equilibrada e significativa. Assim como cuidamos da saúde física, é igualmente essencial reconhecer a importância do bem-estar emocional e investir em ações que favoreçam seu fortalecimento.

A saúde mental é um direito de todos, e existem recursos e caminhos disponíveis para garantir que cada pessoa tenha acesso a um apoio adequado, promovendo uma vida mais plena e equilibrada.

Esperamos que esta cartilha tenha cumprido seu objetivo de fornecer informações relevantes e estimular a reflexão sobre a necessidade de atenção contínua à saúde mental. Mudar a maneira como a sociedade percebe e valoriza a saúde mental é uma tarefa coletiva que exige sensibilidade e ação de todos.

NUMEROS DE APOIO

- CENTRO DE VALORIZAÇÃO DA VIDA (CVV) - 188
- CLÍNICA-ESCOLA (FAESB) - portal.faesb.edu.br/clinicapsi
- CENTRO DE ATENÇÃO PSICOSSOCIAL (CAPS) - (15) 3251-1135
- Núcleo de Atendimento Terapêutico Educacional (NATE) - (15)3251-5848
- UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE (UBS) - (15)3259-8400
- UNIDADE DE PRONTO ATENDIMENTO (UPA) - (15)3199-5475



REFERÊNCIAS

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. MANUAL DIAGNÓSTICO E ESTATÍSTICO DE TRANSTORNOS MENTAIS: DSM-5. 5ª ED. PORTO ALEGRE: ARTMED. 2014.

BRASIL, DECRETO Nº 63.135/2024. DISPONÍVEL EM: <[HTTPS://LEGISLACAO.PREFEITURA.SP.GOV.BR/LEIS/DECRETO-63135-DE-24-DE-JANEIRO-DE-2024](https://legislacao.prefeitura.sp.gov.br/leis/decreto-63135-de-24-de-janeiro-de-2024)>. ACESSO EM: 21 NOV. 2024.

BRASIL, LEI 13935/2019. DISPONÍVEL EM: <[HTTPS://WWW.PLANALTO.GOV.BR/CCIVIL_03/_ATO2019-2022/2019/LEI/L13935.HTM](https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2019-2022/2019/lei/l13935.htm)>. ACESSO EM: 21 NOV. 2024.

BLEGER, JOSÉ. PSICO-HIGIENE E PSICOLOGIA INSTITUCIONAL. PORTO ALEGRE: ARTES MÉDICAS, 1984.

CARVALHO, FERNANDA; MENEZES, PATRÍCIA. AMBIENTES ESCOLARES E POLÍTICAS DE ACOLHIMENTO: PROMOVEDO A SEGURANÇA E O BEM-ESTAR DOS ALUNOS. SÃO PAULO: EDITORA EDUCAÇÃO, 2019.

CAMPOS, LIA KEUCHGUERIAN SILVEIRA; ARRUDA, SÉRGIO LUIZ SABOYA. BRINCAR COMO MEIO DE COMUNICAÇÃO NA PSICOTERAPIA DE CRIANÇAS COM MUTISMO SELETIVO. EST. INTER. PSICOL., LONDRINA, V. 5, N. 2, P. 15-33, 2014. DISPONÍVEL EM <[HTTP://PEPSIC.BVSALUD.ORG/SCIELO.PHP?SCRIPT=SCI_ARTTEXT&PID=S2236-64072014000200003&LNG=PT&NRM=ISO](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2236-64072014000200003&lng=pt&nrm=iso)>. ACESSOS EM 14 NOV. 2024.

FARIAS, E. ALERTAS GLOBAIS CHAMAM A ATENÇÃO PARA O PAPEL DO TRABALHO NA SAÚDE MENTAL. ESCOLA POLITÉCNICA DE SAÚDE JOAQUIM VENÂNCIO (FIOCRUZ). DISPONÍVEL EM: <[HTTPS://WWW.EPSJV.FIOCRUZ.BR/NOTICIAS/REPORTAGEM/ALERTAS-GLOBAIS-CHAMAM-A-ATENCAO-PARA-O-PAPEL-DO-TRABALHO-NA-SAUDE-MENTAL](https://www.epsjv.fiocruz.br/noticias/reportagem/alertas-globais-chamam-a-atencao-para-o-papel-do-trabalho-na-saude-mental)>. ACESSO EM: 30 OUT. 2024.

FREITAS, P. H. B.; MEIRELES, A. L.; RIBEIRO, I. K. S.; ABREU, M. N. S.; PAULA, W.; CARDOSO, C. S. SINTOMAS DE DEPRESSÃO, ANSIEDADE E ESTRESSE EM ESTUDANTES DA SAÚDE E IMPACTO NA QUALIDADE DE VIDA. REV. LATINO-AM. ENFERMAGEM, 2023. DISPONÍVEL EM: <[HTTPS://WWW.REVISTAS.USP.BR/RLAE/ARTICLE/DOWNLOAD/210705/193154/619176](https://www.revistas.usp.br/rlae/article/download/210705/193154/619176)>. ACESSO EM: 30 OUT. 2024.

LIMA, R. M. T., & HAGE, S. R. V. DISLEXIA, DISGRAFIA E DISCALCULIA: DA AVALIAÇÃO À INTERVENÇÃO. 2013.

MARQUES, F. R. V.; AMARAL, F. H. F.; XAVIER, F. M.; QUESADO, L. V. F.; TORRES, A. J. M. N.; NETO, M. P. DA S.; BARBOSA, C. C.; MASSAD, J. C. F. DE A. B.; SANTOS, C. E.; SILVA, E. M. ANSIEDADE, DEPRESSÃO E ABSENTEÍSMO – DOENÇA ENTRE PROFISSIONAIS DA SAÚDE. IOSR JOURNAL OF HUMANITIES AND SOCIAL SCIENCE (IOSR-JHSS), V. 29, N. 3, 2024. DISPONÍVEL EM: <[HTTPS://WWW.IOSRJOURNALS.ORG/IOSR-JHSS/PAPERS/VOL.29-ISSUE3/SER-4/D2903041924.PDF](https://www.iosrjournals.org/iosr-jhss/papers/vol.29-issue3/ser-4/d2903041924.pdf)>. ACESSO EM: 30 OUT. 2024.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. SAÚDE MENTAL. DISPONÍVEL EM: <[HTTPS://WWW.GOV.BR/SAUDE/PT-BR/ASSUNTOS/SAUDE-DE-A-A-Z/S/SAUDE-MENTAL](https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/s/saude-mental)>. ACESSO EM: 30 OUT. 2024.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. CARTILHA DE ERGONOMIA – ASPECTOS RELACIONADOS AO POSTO DE TRABALHO. 1. ED. BRASÍLIA: MS, 2020. DISPONÍVEL EM: <[HTTPS://BVSMS.SAUDE.GOV.BR/BVS/PUBLICACOES/CARTILHA_ERGONOMIA.PDF](https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/cartilha_ergonomia.pdf)>. ACESSO EM: 28 OUT. 2024.

MINISTÉRIO DO TRABALHO. NR-17: ERGONOMIA. BRASÍLIA: MTE, 2022. DISPONÍVEL EM: <[HTTPS://WWW.GOV.BR/TRABALHO-E-EMPREGO/PT-BR/ACESSO-A-INFORMACAO/PARTICIPACAO-SOCIAL/CONSELHOS-E-ORGAOS-COLEGIADOS/COMISSAO-TRIPARTITE-PARTITARIA-PERMANENTE/ARQUIVOS/NORMAS-REGULAMENTADORAS/NR-17-ATUALIZADA-2022.PDF](https://www.gov.br/trabalho-e-emprego/pt-br/acesso-a-informacao/participacao-social/conselhos-e-orgaos-colegiados/comissao-tripartite-partitaria-permanente/arquivos/normas-regulamentadoras/nr-17-atualizada-2022.pdf)>. ACESSO EM: 28 OUT. 2024.

PEREIRA, A. C. L. ET AL. FATORES DE RISCOS PSICOSSOCIAIS NO TRABALHO: LIMITAÇÕES PARA UMA ABORDAGEM INTEGRAL DA SAÚDE MENTAL RELACIONADA AO TRABALHO. REVISTA BRASILEIRA DE SAÚDE OCUPACIONAL, V. 45, P. E18, 2020.

SALLES, J. F. AVALIAÇÃO NEUROPSICOLÓGICA COGNITIVA PARA CRIANÇAS E ADOLESCENTES. 2006.

VASCONCELOS, A. DE; FARIA, J. H. DE. SAÚDE MENTAL NO TRABALHO: CONTRADIÇÕES E LIMITES. PSICOLOGIA & SOCIEDADE, V. 20, N. 3, P. 453-464, 2008. DISPONÍVEL EM: <[HTTPS://WWW.SCIOLO.BR/J/PSOC/A/6X46NVFMKPMCLKV7HNYX76R](https://www.scielo.br/j/psoc/a/6X46NVFMKPMCLKV7HNYX76R)>. ACESSO EM: 30 OUT. 2024.