



**DESENVOLVENDO SAÚDE MENTAL NO AMBIENTE LABORAL DE UM
SUPERMERCADO EM REGIÃO RURAL DO RECÂNCOVO BAIANO**

**DESARROLLANDO LA SALUD MENTAL EN EL LUGAR DE TRABAJO DE UN
SUPERMERCADO EN LA REGIÓN RURAL DE RECÂNCOVO BAIANO**

**DEVELOPING MENTAL HEALTH IN THE WORKPLACE OF A SUPERMARKET IN
THE RURAL REGION OF RECÂNCOVO BAIANO**

Andressa Souza Brito

ORCID: <https://orcid.org/0009-0003-9413-2505>

Faculdade Adventista da Bahia

E-mail: andressinhasouzabrito2018@gmail.com

Elailson Faustino Braz

ORCID: <https://orcid.org/0009-0002-1785-3168>

Faculdade Adventista da Bahia

E-mail: elailsonbraz01@gmail.com

Elenilda Farias de Oliveira

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8544-5161>

Faculdade Adventista da Bahia

E-mail: Elenilda.farias@adventista.edu.br

Eixo temático: Ciências da Saúde

RESUMO SIMPLES

Introdução: Promover saúde mental no ambiente laboral auxilia nos aspectos de maior motivação, desempenho e diminuição das taxas de faltas, pois um dos principais fatores de faltas são por enfermidades, além disso um ambiente saudável proporciona maior motivação aos trabalhadores. Segundo o relatório “Diretrizes sobre Saúde Mental no Trabalho”, publicado pela Organização Mundial da Saúde (OMS), em setembro de 2022, estima-se que 12 bilhões de dias de trabalho são perdidos anualmente por causa da depressão e da ansiedade e isso causa todos os anos uma perda no total de US\$ 1 trilhão na economia mundial. A mesma pesquisa afirma que, para cada US\$ 1 investido em ações de saúde e bem-estar mental dos trabalhadores, US\$ 4 são percebidos em ganhos com o aumento da produtividade.

Objetivo: Realizar atividade educativa com foco na saúde mental de colaboradores de um supermercado.

Método: Esse trabalho compreende um relato de experiência de uma atividade educativa da disciplina de Projeto de Desenvolvimento Profissional, dos discentes do módulo do quinto período de enfermagem sob orientações da docente do módulo, o projeto foi realizado num supermercado na região rural do recôncavo baiano em



Capoeiruçu, Bahia. A atividade foi realizada em abril de 2023 em um supermercado de pequeno porte que contém 19 funcionários, dos quais 14 participaram da atividade. O empreendimento é gerido por uma família, nos quais os principais gestores são membros dessa família.

A atividade aconteceu antes de iniciar o expediente em um início de semana, foi realizada uma palestra e dinâmica com os funcionários, utilizando um abacaxi para desenvolver o tema de saúde emocional, em que alguns cortaram alguma casca da fruta que representa um dos temas a serem tratados, dos quais foram as crenças limitantes, autoabandono, perfeccionismo e críticas no ambiente de trabalho, a atividade foi finalizada com o sorteio de alguns brindes aos funcionários e um coffee break.

Resultados (esperados / parciais): A atividade foi realizada com êxito, os participantes relataram aspectos positivos, onde todos gostaram do momento e puderam aprender mais sobre a importância de cultivar a saúde mental.

Quanto aos discentes foi positivo com relação a tarefa, pois contribuiu para uma das vertentes das áreas de atuação do profissional enfermeiro que é a educação permanente.

Descritores: Saúde mental, supermercados e categorias de trabalhadores.

Eixo temático: Ciências da Saúde.