



## CONSELHO REGIONAL DE ENFERMAGEM DE MATO GROSSO

Criado pela Lei Nº 5.905 de 12/07/1973  
Instalado pela Portaria Cofen N.º 001/1975

### PORTARIA COREN-MT Nº. 341/2025

Designar Comissão para implantar neste Regional, o Programa de Saúde Mental no Trabalho, intitulado de Re-Humanizar: Programa de Saúde Mental e Bem Estar do Coren-MT.

A Conselheira Presidente e o Conselheiro Secretário do Conselho Regional de Enfermagem de Mato Grosso – Coren-MT, no exercício de suas atribuições legais e regimentais, asseguradas no artigo 15 da Lei nº. 5.903/73 e no Regimento Interno, aprovado pela Decisão COREN-MT Nº. 037/2024, homologada pela Decisão COFEN Nº. 220 de 31 de outubro de 2024.

#### Resolvem:

**Art. 1º** - Designar a Comissão formada pelos membros abaixo relacionados, sob a coordenação do primeiro, para implantar neste Regional, o Programa de Saúde Mental no Trabalho, intitulado de Re-Humanizar: Programa de Saúde Mental e Bem Estar do Coren-MT, conforme Projeto anexo.

- Thalisson Magno de Oliveira – Conselheiro Efetivo
- Camila Paludo Leite – Conselheira Tesoureira
- Mychele Ramos Miranda – Chefe Setor Gestão de Pessoas
- Edilanne Tomaselli de Oliveira Eubank – Enfermeira Fiscal

**Art. 2º** - A Comissão ora designada no art. 1º, no prazo de 60 (sessenta) dias, contados a partir do recebimento do presente documento, deverá apresentar à Diretoria do Coren-MT, relatório circunstanciado para fins de encaminhamentos.

**Art. 3º**- Esta Portaria entra em vigor na data de sua assinatura.

**Art. 4º** - Dê ciência e cumpra-se.

Cuiabá (MT), 27 de junho de 2025.

**BRUNA KAROLINE DE ALMEIDA SANTIAGO**  
COREN-MT Nº 442.453-ENF  
Conselheira Presidente

**JOÃO PEDRO NETO DE SOUSA**  
COREN-MT Nº 521.011-ENF  
Conselheiro Secretário



## CONSELHO REGIONAL DE ENFERMAGEM DE MATO GROSSO

Criado pela Lei N° 5.905 de 12/07/1973  
Instalado pela Portaria Cofen N.º 001/1975

### MEMORANDO N° 79/2025/GESTÃO DE PESSOAS/COREN-MT

Cuiabá-MT, 09 de junho de 2025.

A Diretoria do Coren-MT

**Assunto:** Sugestão e apresentação de projeto voltado para Saúde Mental dos empregados do Coren-MT

Prezados Senhores,

Considerando que nos últimos meses, tem se tornado cada vez mais recorrente um padrão de empregados que tem buscado o Setor de Gestão de Pessoas para relatar: elevados níveis de estresse, desmotivação, esgotamento emocional e frequentes queixas relacionadas ao ambiente de trabalho;

Considerando a Portaria MTE n° 1.419/2024 que Aprova a nova redação do capítulo "1.5 Gerenciamento de riscos ocupacionais" e altera o "Anexo I - Termos e definições" da Norma Regulamentadora n° 1 (NR-1) - Disposições Gerais e Gerenciamento de Riscos Ocupacionais;

Encaminhamento para apreciação e análise, projeto para implantação do Programa de Saúde Mental no Trabalho, intitulado de "Re-Humanizar: Programa de Saúde Mental e Bem Estar do Coren-MT.

Atenciosamente,

**Mychele Ramos Miranda**

Chefe do Setor de Gestão de Pessoas

Matrícula n° 213/2023 /Portaria COREN/MT N° 340/2023

Endereço:  
Rua dos Lírios, n° 363 Bairro Jardim Cuiabá  
CEP 78.043-122 Cuiabá - MT

Telefone:Redes:  
(65) 3623-4075 [www.coren-mt.gov.br](http://www.coren-mt.gov.br) / @corenmt



Recb 09/06 - Geise - 13:50

## **1. Título do Projeto**

"Re-Humanizar: Programa de Saúde Mental e Bem-Estar Coren-MT"

## **2. Justificativa**

Nos últimos meses, tem se tornado cada vez mais recorrente um padrão de empregados que tem buscado o Setor de Gestão de Pessoas para relatar: elevados níveis de estresse, desmotivação, esgotamento emocional e frequentes queixas relacionadas ao ambiente de trabalho.

Este cenário revela um processo silencioso e perigoso de adoecimento mental, que, se não for reconhecido e tratado de forma estratégica e humanizada, pode comprometer seriamente a saúde dos profissionais, impactando diretamente na produtividade, no clima organizacional e nos resultados da organização.

Quando falamos em saúde mental, esta refere-se ao estado de bem-estar no qual o indivíduo é capaz de usar suas próprias habilidades, recuperar-se do estresse rotineiro, ser produtivo e contribuir com a sua comunidade (Organização Mundial da Saúde - OMS). Isso implica muito mais do que a mera ausência de doenças mentais, isso significa que a saúde mental não depende apenas dos aspectos biológicos e individuais, mas das condições sociais, ambientais e econômicas. Ou seja, ela não é algo isolado, ela também é influenciada pelo ambiente ao nosso redor.

No Brasil, o cenário da saúde mental é ainda preocupante. Em 2024, por exemplo, nosso país contou com um elevado número de afastamentos por transtornos mentais. Foram 472 mil licenças concedidas, um aumento de aproximadamente 67% em relação ao ano anterior, segundo dados Ministério da Previdência Social.

Com esse aumento expressivo, o governo Brasileiro percebeu a necessidade de dar mais atenção à saúde mental no ambiente de trabalho e alterou em 24 de agosto de 2024, por meio da Portaria MTE nº 1.419/2024, a Norma Regulamentadora 1 (NR-1). Agora, essa norma aborda a gestão dos riscos psicossociais, tornando obrigatório que as empresas adotem medidas preventivas para proteger a saúde mental dos trabalhadores.

Diante destes dados, corroborados com o atual cenário brasileiro e com a atualização da NR 1, torna-se imprescindível adotar um olhar estratégico e humano para o bem-estar psíquico de todos os profissionais, estabelecendo ações preventivas, educativas e de apoio contínuo.

Promover a saúde mental neste contexto não é apenas uma medida preventiva, mas uma ação urgente, necessária e estratégica. O bem-estar emocional está diretamente ligado à produtividade, à qualidade das relações no ambiente corporativo e à capacidade de inovação e crescimento da equipe. Um colaborador que adoce emocionalmente compromete não apenas seu desempenho individual, mas também o clima e a dinâmica do time como um todo.

Este projeto nasce com o propósito atender a legislação vigente, bem como de reconhecer a dor silenciosa que muitos vêm enfrentando, abrir canais de diálogo e acolhimento, e fomentar uma cultura mais empática, saudável e humanizada. Mais do que oferecer ações pontuais, queremos iniciar uma transformação coletiva baseada no autocuidado, respeito, escuta ativa e responsabilidade compartilhada.

### **3. Objetivos**

#### **3.1. Objetivo Geral**

Promover um ambiente organizacional mais saudável, humanizado, seguro e acolhedor, com foco na prevenção do adoecimento mental e na valorização do bem-estar dos colaboradores e em atendimento a atualização da NR 1.

#### **3.2. Objetivos Específicos**

1. Identificar os principais fatores de estresse, as principais queixas e desmotivações no ambiente de trabalho;
2. Implantar o Programa de Saúde Mental no Trabalho;
3. Promover a capacitação das lideranças;
4. Promover um ambiente de trabalho saudável e seguro;
5. Promover palestras voltadas para saúde mental;

#### **4. Público Alvo**

Todos os empregados públicos e estagiários do Conselho Regional de Enfermagem de Mato Grosso.

#### **5. Ações Propostas**

1. Aplicar Pesquisa de Clima para identificação dos fatores condicionantes e determinantes de estresse, queixas e desmotivações no ambiente de trabalho;
2. Elaborar e implementar a política para promoção da saúde mental, focando em práticas de não discriminação e suporte a empregados que retornam ao trabalho após afastamentos por problemas de saúde mental;
3. Desenvolver programas de treinamento e capacitação de cultura e apoio para líderes e gestores, focados na saúde mental;
4. Promover a comunicação transparente e o relacionamento:
  - 4.1. Realizar integração com os empregados para tratar sobre o Regimento Interno, jornada de trabalho e outros;
  - 4.2. Criar um "Jornal Interno Corporativo" para informar sobre novas Decisões, Leis Trabalhistas, dicas de saúde e bem estar, entre outros;
  - 4.3. Estimular reuniões mensais entre a liderança e os liderados;
  - 4.4. Oferecer oportunidades de desenvolvimento profissional, como cursos, treinamentos e programas de capacitação;
5. Realizar ações educativas sobre saúde mental, através de campanhas, oficinas e palestras com convidados e parceiros;
  - 5.1. Promover o reconhecimento e a valorização do trabalhador por meio de premiações simbólicas, com emissão de certificados, cartas de agradecimento e brindes com significado;

#### **6. Resultados esperados**

- Aumento da conscientização sobre saúde mental
- Redução de afastamentos
- Melhora do clima organizacional
- Aumento da satisfação dos colaboradores

## 7. Avaliação e Indicadores

- Pesquisa de clima antes e depois do projeto
- Número de abenteísmo antes de depois do projeto
- Número de participação nas ações propostas
- Percentual de satisfação em relação ao programa

## 8. Recursos Necessários

- Espaço físico e virtuais para realização de treinamento, cursos e palestras;
- Parceria com o Setor de Comunicação para elaboração de materiais gráficos para campanhas internas voltadas a saúde mental;
- Busca e divulgação de cursos gratuitos na plataforma CofenPlay e em plataformas digitais do Governo;
- Parceria com empresas, lojas e ou comércio para doação de produtos e/ou serviços para os brindes;
- Parceria com profissionais especialista na área de saúde mental, junto a Secretaria Municipal de Saúde de Cuiabá, ou Secretaria Estadual de Saúde de Mato Grosso

## 9. Cronograma

Atividade	07/2025	08/2025	09/2025	10/2025	11/2025	12/2025
Pesquisa de Clima	X					
Implantação do projeto "Re-Humanizar: Programa de Saúde Mental e Bem-Estar Coren-MT"		X				
Promover a capacitação das lideranças		X				
Integração com os empregados		X				
Criação do Jornal Interno Corporativo		X				

Reunião líderes e liderados		X	X	X	X	X
Divulgação de cursos plataformas digitais		X				
Realização de cursos nas plataformas digitais			X	X	X	X
Palestra sobre Saúde Mental			X			
Promoção do reconhecimento e valorização profissional			X	X	X	X

## 10. Sustentabilidade

Para assegurar sua perenidade, o projeto contará com a aplicação da pesquisa de clima a ser realizada anualmente, de preferência no mês de janeiro, para mensurar os efeitos e satisfação quanto as ações e programas no ano anterior, de modo a ajustar as ações com base nos resultado.

O projeto contará ainda um um calendário anual com ações fixas, como:

- Janeiro Branco (autocuidado)
- Abril (gestão do estresse)
- Setembro Amarelo (prevenção ao suicídio)
- Novembro (inteligência emocional)