Mapa mental

Saúde mental no trabalho: sinais, causas e o que a empresa faz

O que a OMS diz sobre o tema

- Segundo a Organização Mundial da Saúde
- A mesma OMS lembra o outro lado: o trabalho digno protege a...

Fatores de risco no ambiente de trabalho

- Sobrecarga: volume de tarefas ou ritmo incompatível com...
- Pouco controle: nenhuma autonomia sobre como e quando fazer...
- Insegurança: medo constante de demissão ou mudanças sem...
- Relações ruins: assédio, discriminação, isolamento ou...

Saúde mental no trabalho

Sinais de alerta que o líder pode notar

- isolamento e silêncio em quem costumava participar
- irritação, choro ou reações desproporcionais
- queda brusca de qualidade, esquecimentos e atrasos
- faltas frequentes ou, no extremo oposto

O que a empresa pode fazer

- 1. Prevenir na organização do trabalho
- 2. Treinar líderes
- 3. Apoiar quem precisa

Perguntas frequentes

1. O que é saúde mental no trabalho?
2. Qual é o papel do líder na saúde mental da equipe?
3. A empresa é obrigada a cuidar da saúde mental dos funcionários?

Para guardar

Saúde mental no trabalho: o que diz a OMS, sinais de alerta, fatores de risco e ações práticas para líderes e empresas, com base em diretrizes oficiais.

Autor: **Vagner Soares**
vagnersoares.com.br