

ENTREVISTA

ENTREVISTA COM LARISSA DANTAS GUIMARÃES SOBRE A COORDENAÇÃO DE ATENÇÃO À SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO - CSQVT/MPBA

Larissa Dantas Guimarães



Doutoranda em Administração pela UFBA, Mestre em Administração pela UNIFACS, Especialista em Gestão de Pessoas pela Faculdade Ruy Barbosa, Especialista em Terapia Cognitiva Comportamental pela PUCRS, Especialista em Eye Movement Desensitization and Reprocessing (EMDR), Certificação Profissional em Neurociências pela PUCRS, graduada em Psicologia. É atual coordenadora da Gestão da Qualidade de Vida no Trabalho do Ministério Público do Estado da Bahia. Integrante da Comissão de Prevenção de Infecções no Ambiente de Trabalho do Ministério Público do Estado da Bahia. Coordenadora do Comitê Científico do International Stress Management Association no Brasil – ISMA-BR. Coordenadora do Grupo de Trabalho de Qualidade de Vida no Trabalho do Comitê de Políticas de Gestão de Pessoas, do Conselho Nacional do Ministério Público (CNMP). Atuou em grandes instituições em diversos segmentos: público, saúde, field marketing, varejo e indústria.

“Entendemos que a saúde mental é muito mais do que a ausência de transtornos mentais, ela está diretamente relacionada ao nosso bem-estar total, ou seja, inclui também aspectos socioeconômicos, biológicos e ambientais, além de representar uma parte essencial da nossa saúde. [...] O aumento do número de brasileiros que sofrem com algum transtorno mental, como por exemplo a ansiedade ou depressão, e que lidam com comportamento suicida (ameaças, pensamentos e/ou tentativas) ou com a automutilação nos faz refletir sobre a necessidade urgente de iniciativas de promoção, cuidado e atenção em saúde mental.”

É dessa forma que a coordenadora de Atenção à Saúde e Qualidade de Vida no Trabalho do MPBA, Larissa Dantas Guimarães, psicóloga, doutoranda em Administração, entende a multifatorialidade das questões que envolvem a saúde mental.

Esse e outros aspectos, como os projetos da CSQVT, foram detalhados pela coordenadora, em entrevista concedida ao Periódico Eletrônico Ciência em Debate do CEA/MPBA. Confira na íntegra.

Você poderia fazer um breve resumo sobre os objetivos da CSQVT, e como se deu sua implantação no MPBA?

R: O objetivo da Coordenação de Atenção à Saúde e Qualidade de Vida no Trabalho é o de promover programas e ações articuladas que visem a promoção da qualidade de vida no trabalho, nas suas dimensões biológica, psicológica, social, organizacional e espiritual, com aprimoramento permanente das condições, processos e instrumentos de trabalho. A unidade foi criada no final de 2018, com a nomenclatura de Coordenação de Gestão da Qualidade de Vida no Trabalho e este ano mudou para Atenção à Saúde e Qualidade de Vida no Trabalho, abrangendo outras atividades. No momento da implantação, o contexto do trabalho mundial já estava sendo modificado para que as organizações comesçassem a se preocupar cada vez mais com a saúde, o bem-estar e a qualidade de vida no trabalho dos integrantes, e o MPBA acreditou que o início de uma mudança cultural para começar a se preocupar com esses temas também seria de suma importância para a instituição.

Hoje em dia, qual a estrutura e dinâmica de funcionamento da CSQVT?

R: Hoje a unidade é composta por mim, que coordeno, dois analistas técnicos com especialidade em psicologia, dois assistentes técnicos administrativos com formação em psicologia e dois estagiários de nível superior em psicologia. Estamos vinculados diretamente a Diretoria de Gestão de Pessoas, que compõe a Superintendência de Gestão Administrativa. Os objetivos da unidade estão alinhados com os objetivos gerais do MPBA. Em termos de estrutura, recursos, trabalhamos em uma sala que é composta apenas pela equipe da CSQVT, por lidar com questões sigilosas e que exigem o cumprimento ético dos seus integrantes, e possuímos a sala de bem-estar que está localizada no espaço de convivência da sede CAB, no qual realizamos atendimentos individuais de suporte psicológico e outras atividades.

A dinâmica do funcionamento da unidade é bastante intensa, mas trabalhamos com premissas básicas de planejamento, execução, monitoramento das atividades e ações, tomada de decisão, comunicação, colaboração, relatórios e melhoria contínua. A CSQVT realiza um monitoramento de todas as atividades e produtividade ao longo de todos os anos, desde a sua implantação, e é perceptível, em termos quantitativos, o quanto as demandas pela busca da saúde mental, bem-estar e qualidade de vida no trabalho aumentaram na instituição.

Como você define ‘Qualidade de Vida’ no mundo do trabalho e quais os principais benefícios inerentes à sua promoção?

R: A “Qualidade de Vida no Trabalho” (QVT) refere-se à percepção geral do bem-estar e satisfação de um indivíduo em seu ambiente de trabalho. Ela é uma medida abrangente que considera vários fatores que afetam a vida de um trabalhador no contexto de sua ocupação. A QVT não se limita apenas ao ambiente físico do local de trabalho, mas,

principalmente, inclui aspectos psicológicos, sociais e emocionais. Alguns dos principais componentes que podem definir a QVT são as condições de trabalho (local, ergonomia, carga e horário de trabalho), relações interpessoais, desenvolvimento profissional, a capacidade de tomar decisões, cultura organizacional que promova o respeito a diversidade e ética, a possibilidade de conciliar as demandas do trabalho com a vida pessoal, reconhecimento pelo bom desempenho, dentre outros. Todos esses componentes possuem benefícios tanto para os indivíduos quanto para a organização, tais como a satisfação, bem-estar, produtividade, retenção de talentos, redução do absenteísmo e presenteísmo, melhoria na imagem institucional, ambiente positivo e sustentabilidade organizacional.

Em resumo, a QVT se refere a uma abordagem holística que busca melhorar o bem-estar dos integrantes, criando um ambiente de trabalho saudável, equilibrado e gratificante. Isso não só beneficia os indivíduos, mas também contribui para o sucesso e a sustentabilidade das organizações. Uma coisa que eu sempre gosto de deixar claro é que uma unidade não é responsável pela qualidade de vida no trabalho do indivíduo, mas sim as ações e comportamentos existentes naquela organização. Infelizmente, o que ocorre, hoje com menos frequência (ainda bem!), é as pessoas cobrarem as unidades que trabalham com a temática da QVT por sua qualidade de vida, como se fosse um item de prateleira pronto para ser colocado em um ambiente ou indivíduo. A QVT é de responsabilidade de todos da organização e depende também de um comportamento individual de cada integrante.

Existem metodologias que permitem medir ou avaliar o nível de qualidade de vida em uma instituição?

R: Há diversas metodologias para medir ou avaliar o nível de qualidade de vida no trabalho nas instituições, dentre elas, as mais usuais são: pesquisa de clima organizacional, inventário de qualidade de vida no trabalho, pesquisa de bem-estar, pesquisa de satisfação no trabalho, entrevistas e grupos focais, indicadores de desempenho (absenteísmo, taxa de rotatividade, acidentes de trabalho, entre outros) e avaliação de programas de responsabilidade social corporativa. É importante adaptar a metodologia de avaliação à natureza e aos objetivos da instituição em questão. Além disso, é fundamental que as avaliações sejam conduzidas de maneira regular e que os resultados sejam utilizados para implementar melhorias e monitorar o progresso ao longo do tempo.

Quais os projetos que o MPBA desenvolve hoje nesse campo, e qual seu público-alvo?

R: No campo de avaliação do nível de qualidade de vida no trabalho, o MPBA já aplicou pesquisas para avaliar o comprometimento organizacional, a saúde mental e bem-estar dos integrantes em teletrabalho e realiza em algumas unidades específicas, na ocorrência de trabalhos pontuais, de acordo com o contexto de trabalho estabelecido, a medição de índices de inteligência emocional, satisfação no trabalho, bem-estar, dentre outros.

Pode nos dizer quais os maiores desafios dessas iniciativas?

R: Ainda há um descrédito na área da psicologia, embora muitas pessoas tenham conseguido perceber a relevância dessa ciência durante o período de vulnerabilidade em que todos passaram na pandemia. Psicologia, saúde mental, QVT...são ciências. Há um grande tabu para se abordar determinados temas nas organizações de forma geral e o principal desafio é as pessoas entenderem, por exemplo, o que no caso do MPBA, a CSQVT faz. Por vezes, ações de saúde e QVT são confundidas com atividades assistencialistas e eventos corporativos. Orientar as pessoas sobre o que, verdadeiramente, é o fazer da QVT é um desafio diário. Além de ser um trabalho de bastidor, por exemplo, não somos reconhecidos pela quantidade X de suportes psicológicos ou por ter conseguido auxiliar alguém em um processo de sofrimento, pois por questões éticas não podemos publicizar uma informação como essa. É um trabalho por vezes silencioso, no qual os profissionais que trabalham lidam com uma variedade de tarefas, que exigem um alto nível de foco mental, estresse, carga de trabalho elevada, contato com situações traumáticas, expectativas sobre uma atuação que não deve ser realizada, dentre outros. Lidar com o humano sempre é um imenso desafio, mas é extremamente gratificante perceber que você pôde, em alguma circunstância e em um grau, ter colaborado para a saúde, bem-estar, qualidade de vida daquela pessoa.

Esse ano o projeto “Tranquilamente” completou 2 anos, e contou com uma programação especial no mês de setembro. Pode nos detalhar o alcance desse programa e quais as expectativas para 2024?

R: Primeiro, é importante dizer que o Tranquilamente nasceu de forma coletiva na CSQVT e estou falando isso, porque acredito que tenha sido uma das maiores características para ele ter ganhado a repercussão que tem. Segundo que ele é fruto de sonhos e para a equipe da CSQVT nem o céu é o limite nesse assunto, além de estar vinculado a um dos objetivos estratégicos do MPBA que é o de promover a gestão por competências e a qualidade de vida no trabalho. Na programação de 2 anos só tivemos profissionais de grande impacto nacional: Rossandro Klinjey, Renato Nogueira, Lúcia Helena Galvão e Haroldo Dutra Dias. Porém, isso só aconteceu porque sonhamos muito, construímos uma premissa desde o início que só convidaríamos profissionais experientes e que o programa fosse um espaço de informações, esclarecimentos e reflexões de saúde, bem-estar e qualidade de vida no trabalho com uma linguagem acessível a todos. Também é importante informar que o programa é realizado sem nenhum custo para o MPBA, realizamos os convites sempre apresentando o objetivo dele, as

peças que participaram e é elaborado um roteiro de perguntas pela CSQVT para aquele profissional. Assim, construímos o programa dia a dia e ele ganhou notoriedade por conta dos profissionais que começamos a conseguir, pelo compartilhamento interno da nossa equipe com outros contatos, por acreditar nesse trabalho e pelo compromisso e, assim, ele chegou, por exemplo, até fora do Brasil. Hoje temos um acordo de cooperação técnica com o INSS, nacional, e o MPMG, e há outros MPs com o interesse no Tranquilamente. Outros órgãos como o TRT do Mato Grosso também veicularam a existência dele. Além disso, há um pico de audiência na Rádio MP da Bahia nos horários do programa e ele hoje não compreende apenas o público interno do MPBA, mas o externo também. Já alcançamos cidades como São Paulo, Maceió, Belo Horizonte, Recife, Aracaju, Petrolina, Natal, Brasília, Rio de Janeiro, Fortaleza, Porto Alegre, Chicago (EUA), Shanghai (China), dentre outros. Para 2024, como inexistente no âmbito do Ministério Público brasileiro um programa neste formato, a nossa expectativa é que possamos ampliar a divulgação, pois os temas abordados são de extrema relevância para toda a sociedade, e possamos propor temas sempre atualizados e relevantes para as pessoas.

Por fim, tem algo mais que queira pontuar sobre a CSQVT?

R: Eu considero a CSQVT uma unidade ainda bastante nova, por ainda não ter completado 5 anos e pela quantidade de ações que desejamos colocar em prática. É importante também ressaltar que a qualidade de vida no trabalho surge das representações individuais e coletivas com base em 3 eixos: contexto de trabalho, práticas de gestão e nos sentimentos oriundos do ambiente de trabalho. Assim, a CSQVT é uma unidade que está crescendo, pelo entendimento da importância em trabalhar institucionalmente com temas tão relevantes para todas as pessoas. Compreendemos que a saúde mental transcende a ausência de transtornos psicológicos, abrangendo de forma integral o bem-estar, englobando aspectos socioeconômicos, biológicos e ambientais. Além disso, ela desempenha um papel essencial em nossa saúde de forma geral. O aumento no número de brasileiros que lidam com transtornos mentais, como ansiedade e depressão, com o aumento de comportamentos suicidas, incluindo ameaças, pensamentos e tentativas, nos faz refletir sobre a urgente necessidade de iniciativas que promovam, cuidem e deem a devida atenção à saúde mental. A promoção do bem-estar e o cuidado com a saúde mental são temas centrais em nosso compromisso diário de trabalho, e frequentemente observamos as dificuldades que as pessoas enfrentam para buscar ajuda quando necessário. Identificar onde, quando e como procurar assistência pode ser um desafio, e vou repetir o que sempre digo as pessoas que já procuraram o nosso serviço em algum momento: você não está sozinho e não precisa estar sozinho. Além de técnica, conhecimento, amor pelo que se faz e compromisso, há um cuidado em olhar para o outro, as diferenças desse outro, e essa é uma característica comum de todos os integrantes que hoje compõem a equipe. Então, convido a todos os integrantes que ainda não tiveram a oportunidade de conhecer a CSQVT, a conhecerem uma pequena parte do nosso trabalho através do nosso site: <https://qvt.mpba.mp.br/> e nos fazendo uma visita.



Acesse o QR-code ao lado para submeter seu texto às próximas edições do *Ciência em Debate* (ISSN 2965-2367). Ressaltamos que nosso regime de submissão funciona em fluxo contínuo, ou seja, você pode submeter seu texto quando for mais conveniente.



**MINISTÉRIO PÚBLICO
DO ESTADO DA BAHIA**