

EBOOK: CONTRIBUIÇÕES PARA EDUCAÇÃO EM SAÚDE MENTAL

Bruna Luiza da Silva Zaramelo¹, Bruna Zaro de Souza², Gabriela Cristina Silva e Souza³, Inalda Celina Madio⁴, Thais das Graças Aragão⁵, Maria Lúcia Alves Pereira Cardoso⁶

¹Discente de Enfermagem. E-mail: brunazaramelo@yahoo.com; ²Discente de Enfermagem. E-mail: bruna_zaro@hotmail.com; ³Discente de Enfermagem. E-mail: gabi.cristina76@hotmail.com; ⁴Discente de Enfermagem. E-mail: inaldamadio@gmail.com; ⁵Discente de Enfermagem. E-mail: thaisgaragao@outlook.com; ⁶Docente Orientadora. E-mail: mlcardoso@haoc.com.br

Introdução: Os desafios do dia a dia enfrentados pelos trabalhadores podem provocar graves situações de risco, tanto físico, quanto emocionais, dentre eles, estresse, ansiedade, síndromes do pânico, depressão e síndrome de Burnout, cujas principais causas são metas abusivas, carga horária elevada, assédio moral, sexual, bullying, pouca interação no trabalho em grupo, relações interpessoais complexas, falta de reconhecimento, falta de autonomia, comunicação ineficaz, sobrecarga de trabalho, equipamentos e suporte organizacional escassos, impactando diretamente no dia a dia e resultado das empresas, por meio dos índices de absenteísmo, taxa de turnover, além da maior probabilidade de cometimento de erros e acidentes. No caso de instituições de saúde, além das supracitadas estão a prevalência de dupla jornada, vínculos precários de contratos de trabalho, alta responsabilidade, além da lida diária com dor, sofrimento e morte. **Objetivo:** descrever a elaboração um e-book, como produto educacional, sobre a importância do combate ao estresse em instituições de saúde. **Material e Método:** Relato de experiência. **Resultados e Discussão:** O e-book será composto por três capítulos: transtornos mentais em colaboradores de saúde; papel das organizações gestores e líderes e; papel dos colaboradores. Será destinado a líderes, gestores e demais colaboradores em instituições de saúde. Ainda em fase de acabamento, registro e depósito legal, a disseminação do e-book como recurso educativo, entendendo que o recurso produzido deve ser divulgado e distribuído através de meios eletrônicos, tais como e-mail e WhatsApp. O material produzido poderá ser utilizado dentro e fora de instituições de saúde, buscando apoiar-se sobre as melhores práticas para condução de líderes e gestores, quanto a importância da observação e detecção de indícios de problemas de saúde mental em seus colaboradores. Não consiste em um produto pronto e acabado, mas, um material que pode ser adaptado e contextualizado de acordo com a realidade local. A proposta do e-book não visa a comercialização, mas, tem como finalidade a disseminação e disponibilização do material produzido. **Conclusão:** o produto educacional em suporte digital propõe a utilização como prática de educação em saúde, e traz como contribuição a possibilidade de apoio aos gestores como ferramenta de gestão de pessoas. **Implicações para a Enfermagem:** Profissionais de enfermagem podem desenvolver distúrbios psiquiátricos de curto e longo prazo após vivenciarem eventos estressantes por encontrarem-se em uma posição favorável para o acolhimento, escuta atenciosa e conforto dos pacientes que necessitam de assistência, no entanto, emocionalmente abalados poderão enfraquecê-la.

Descritores: Educação em Saúde, Estresse Ocupacional, Saúde Mental.