



SES
Secretaria de
Estado da
Saúde



Superintendência de Vigilância em Saúde
Gerência de Vigilância Ambiental e Saúde do Trabalhador
Coordenação de Vigilância em Saúde do Trabalhador
Coordenação do Centro de Referência em Saúde do Trabalhador

ANO 02 N° 38

BOLETIM INFORMATIVO DE SAÚDE DO TRABALHADOR

Caros Leitores!

A presente publicação apresenta um tema atual e indagador, escrito com clareza de ideias pelo Gerente do Laboratório de Inovação e Desenvolvimento de Pessoas-Pequi Lab, da Secretaria de Estado da Administração – SEAD, Sr. Paulo Henrique de Souza.

O texto prende o leitor iniciando pelo seu título: *Segurança psicológica é para ser humano*, remetendo o humano a seu próprio espaço psíquico, relatando a sobrecarga diária que a vida moderna tem ofertado ao homem e as cobranças visíveis e invisíveis que ele está exposto diariamente.

Contextualiza a complexidade e aceleração do mundo em que vivemos e a junção do mesmo ao ambiente da administração pública e sua visão das demandas psíquicas neste espaço do trabalho.

Conselho Editorial

TEXTO

Segurança psicológica é para ser humano

Paulo Henrique de Souza

Bacharel em Ciência da Computação e em Direito, ambos pela UFG. Especialista em Filosofia e Autoconhecimento (PUC-RS) e MBA em Gestão Pública (Fac. Delta)

Gerente do Laboratório de Inovação e Desenvolvimento de Pessoas- Pequi Lab

Secretaria de Estado da Administração – SEAD

Notificações que não param de chegar no celular, demandas do trabalho para entregar, questões pessoais para administrar, problemas de casa para gerenciar, preocupação com pais, filhos ou amigos próximos para manejar, encontrar tempo para malhar, autocuidado para “encaixar”, e ainda tem os *feeds* infinitos nas tantas redes sociais para acompanhar e “não ficar por fora”... Ufa! Só de ler, quase falta ar...

Esse é o mundo em que vivemos, cada vez mais complexo, acelerado, incerto e ambíguo (VUCA, na sigla em inglês para *Volatility, Uncertainty, Complexity e Ambiguity*) no qual é impossível acompanhar tudo, dar conta de tudo, “performar” como “esperam” da gente. E se o mundo VUCA já não fosse difícil o suficiente, a pandemia da Covid e o ritmo de mudança das coisas alçou tudo a outro patamar: agora o mundo é FANI – frágil, ansioso, não linear e incompreensível (BANI, na sigla em inglês para *Brittle, Anxious, Nonlinear e Incomprehensible*) – tudo muito frágil e sem solidez o tempo todo.

Quando todo esse contexto se junta às características do ambiente da administração pública, a coisa consegue ficar ainda mais complicada: excesso de comando e controle, cultura fortemente hierarquizada, muita pressão e cobrança, receio de penalização, imagem negativa perante a sociedade, prioridades concorrentes, microgerenciamento e por aí vai. Difícil não ficar ansioso, difícil não se abater.

Tudo isso somado leva a um ambiente de baixa segurança psicológica, o que não deixa de ser trágico. Em ambientes assim, as pessoas não se sentem inseridas, não sentem que fazem parte, não sentem que podem perguntar, errar, dar sua opinião, sentem-se pressionadas, inseguras, ansiosas. Por conseguinte, não se pode esperar (muito menos) cobrar engajamento e produtividade. Onde não há segurança psicológica, não há confiança criativa.

Mas afinal, o que é segurança psicológica? É a capacidade, a intenção e o ato de gerar um ambiente de trabalho em que as pessoas possam se sentir confortáveis e seguras para serem elas mesmas; e a partir desse ponto, poder entregar o seu melhor. Assim, espera-se construir um ambiente inclusivo, colaborativo, empático e produtivo. Ao trabalhar segurança psicológica, deixa-se para trás perguntas do tipo “como podemos tirar o máximo de nosso pessoal?” para responder questões do tipo “como podemos tornar nosso ambiente ainda mais acolhedor e seguro?”.

Até que isso ocorra, tende-se a criar um ambiente cada vez mais opressivo e estressante para os trabalhadores. Segundo o Instituto de Segurança Psicológica, esse ambiente é caracterizado por medo de falar; falta de confiança e colaboração; cultura da culpa; microgerenciamento e controle excessivo; falta de *feedback* e reconhecimento; alta rotatividade; exaustão emocional e esgotamento; falta de diversidade e inclusão. Difícil querer permanecer num ambiente assim, quase impossível ser criativo e produtivo num ambiente assim.

Uma vez consciente da importância de se trabalhar segurança psicológica nas organizações, esse avanço se dá em quatro estágios, segundo Timothy Clark: segurança de inclusão – a pessoa se sente incluída e pertencente, pela liderança e por seus pares de time, tem abertura para falar e escutar, gerando trocas genuínas; segurança de aprendizagem – uma vez pertencente, é preciso criar uma zona de aprendizagem na qual as pessoas sintam que podem dizer, sempre que necessário: eu não sei, vou tentar, não consigo, não entendi, preciso de mais tempo para aprender, sem medo de serem julgadas ou punidas; segurança de contribuição – as pessoas se sentem confiantes para contribuir com ideais, testar, errar e flexibilizar; segurança de questionar – é quando se atinge a capacidade de pensar criticamente, confiar, colaborar e transformar, sentindo-se seguro para desafiar os status quo, sem receios de retaliação ou de colocar em risco sua reputação pessoal e social.

Ainda temos um longo caminho para que ambientes psicologicamente seguros se tornem padrão nas organizações, em especial na administração pública. É mandatório que nossas lideranças se atualizem, se conscientizem e se comprometam, verdadeiramente, em avançar nesse sentido. Não se pode mais continuar normalizando um ambiente que adoeça as pessoas, cause tanta insegurança, ansiedade e *burnout* e conseqüentemente, torne-se cada vez menos produtivo e pouco eficiente, gerando custos cada vez mais altos com licenças médicas causadas por si mesmo. Ciclo vicioso sem fim...

Liderar é causar desconforto na medida em que o outro possa suportar – desconforto de menos, nada acontece; desconforto demais, ninguém suporta. Que nossas lideranças encontrem a medida certa de desconforto para promover a mudança necessária, criando um ambiente cada vez mais seguro psicologicamente para todos, inclusive para ela; onde ser, estar, sentir, experimentar,

errar, aprender seja cada vez mais normal, cada vez comum, cada vez mais bonito; ou seja, um ambiente onde ser humano é aceito. Ciclo virtuoso enfim.

Bibliografia

CLARK, Timothy R. **Os 4 estágios da segurança psicológica: definindo o caminho para a inclusão e a inovação**. Alta Books, 2023.

CASCIO, Jamais. 2020. **Facing the age of chaos**, Disponível em: <<https://medium.com/@cascio/facing-the-age-of-chaos-b00687b1f51d>>. Acesso em: Setembro, 2023.

CANTINHO

Gira... gira... girassol...
Gira... gira... e vira-se ao sol!
Gira... gira... gira a vida...
Gira... gira... e luta aguerrida!
E ela segue... todo dia...
Emanando luz em seu caminhar...
Girando em si primeiro e se permitindo...
Depois girando pro outro em desalinho...
Não que ela seja mágica ou uma santidade...
Ela é como qualquer um de nós, na verdade...
E ela gira... gira... no balanço da vida...
Ela gira... girassol... gira só... gira em nós!
A sua história nunca foi de leveza, com toda certeza...
Teve muitas barreiras a enfrentar e transpor.
Mas carrega em si uma iluminada beleza...
Que não se define num breve torpor.
Ela apenas é... o que é... simples assim...
Muitos nem a entendem...
Ou até tentam desconstruí-la...
Mas ela em si persevera...
Abrindo-se neste enorme jardim.
O sol que a abriga... não briga... e nem obriga...
É apenas luz que abarca... acolhe... abraça... luz amiga!
Ao se olhar no espelho... ela se vê... e te vê... e nos vê...
Ela sabe a completude de sermos diversos... e únicos...
Mas também a força que emana do coletivo...
Ela valoriza cada passo e tropeço...
Mesmo que ali não seja o começo...
Sabe o quanto é desafiador...
Desafiar a dor... desatar... desanuviar... estar em si
Ser maior... e sentir... e se amar... para poder amar.
Os que estão ao seu redor... ela empaticamente observa...
Só, ela observa... e vislumbra a atenção... ali sendo requisitada...
Almejada... solicitada... muitas vezes, até suplicada...
Ela não só olha... ela enxerga...
O que nem sempre é dito...
Ou se dito, nem ao menos foi sentido...
Ou se mesmo sentido... nem foi digerido... e foi brutalmente expelido...
Na total repulsa... e angústia... de não se poder ter vivido.
Palavras exercem sua força... enorme, por sinal
Elas se multiplicam... disseminam... viralizam... por aí... e tal.
Ela, girassol, gira... gira... e abre a sua escuta...
Sábica, serena, sendo assim, mesmo pequena...
Girassol em si ... girassol em nós... ou apenas sol.

Figura 1. Girassol



Fonte: *FREEPIK*, 2023.

Daya Laryssa

DESTAQUES

O Centro de Referência em Saúde do Trabalhador do Estado de Goiás realizou mais uma ação do Projeto Pró Catador, no dia 27/10/2023, na Cooperativa de Catadores de Materiais recicláveis em Aparecida de Goiânia.



Nos dias 19 e 20/10/2023, a Coordenação de Vigilância em Saúde do Trabalhador, realizou o II Seminário Estadual de vigilância em Saúde do Trabalhador Rural – A Invisibilidade dos Povos do Cerrado, Campo, Floresta e Águas – Sujeitos, Territórios, trabalho e Ambiente. Abrindo o evento, a superintendente de Vigilância em Saúde, Senhora Flúvia Pereira Amorim da Silva, instalou o Fórum Interinstitucional em Saúde do Trabalhador Rural do Estado de Goiás.



DATAS ESPECIAIS

OUTUBRO

Outubro Rosa – Mês de conscientização sobre o câncer de mama. Data instituída pela Lei nº 13.733/2018

Datas especiais celebrativas calendário MS

1º sábado do mês – Dia Interamericano da Água

04 – Dia Nacional do Agente Comunitário de Saúde. Data instituída pela Lei nº 11.585/2007

04 – Dia Nacional dos Agentes de Combate às Endemias. Data instituída pela Lei nº 13.059/2014

10 – Dia Nacional de Segurança e de Saúde nas Escolas. Data instituída pela Lei nº 12.645/2012

11 – Dia da Pessoa com Deficiência Física

17 – Dia Nacional da Vacinação

CONTATOS

Coordenação de Vigilância em Saúde do Trabalhador – CVSAT

Coordenação do Centro de Referência em Saúde do Trabalhador – CEREST

Edifício César Sebba Avenida 136, S/N – St. Sul, Goiânia – GO CEP: 74093-250

Fone: (062) 3201-3598

Email

cvsat.suvisa@gmail.com

cerestestadualgoias@gmail.com

GLOSSÁRIO EM SAÚDE DO TRABALHADOR

Centro de Referência em Saúde do Trabalhador – CEREST – é uma unidade regional especializada do Sistema Único de Saúde (SUS), que visa atender a questões relativas à saúde dos trabalhadores. O CEREST foi implantado pela Rede Nacional de Atenção Integral à Saúde do Trabalhador (RENAST), através das Portarias do Ministério da Saúde 1679/GM (19/07/2002) e 2437/GM (07/12/2005), para fortalecer as ações relacionadas à saúde do trabalhador no país.

Niterói, 2023.



Secretaria de Estado da Saúde de Goiás

Superintendência de Vigilância em Saúde

Gerência de Vigilância Ambiental e Saúde do Trabalhador

Coordenação de Vigilância em Saúde do Trabalhador

Coordenação do Centro de Referência em Saúde do Trabalhador

Superintendente

Flúvia Pereira Amorim da Silva

Gerente

Edna Maria Covem

Coordenadoras

Nádia Maria Alcanfôr Ximenes
Lucinéia de Bessa Libério

Conselho Editorial

Ana Flávia Coutinho
Francislee A. de Araújo Souza
Virgínia Célia de Barros Oliveira

Layout

Leandro Brandão de Oliveira
Virgínia Célia de Barros Oliveira

Equipe Técnica

Albertino Dias Lira
Ana Cláudia F. B. Moreira
Alberto Seltz
Aldenora Gomes de Oliveira Novais
Alderina Coelho dos Santos
André Granato de Araújo
Andréia Soares da Silveira
Danniella Davidson Castro
Denise Borges da Silva
Elise Alves dos Santos
Fernanda Cristina M. de Oliveira
Huilma Alves Cardoso
Jorcirene Alcântara de Almeida
Juliana Batista de Noronha
Kátia Martins Soares
Keila Nunes
Leila Maria Gomes de Oliveira
Lucimeira Aparecida da Costa
Lucinéia Joaquina soares
Luzineide Lopes de Oliveira
Paulo Cesar Guadalupe Silva
Paulo César R. Gomes Júnior
Simone Moraes Stefani Nakano
Wellington Pinheiro de Sá