

DIRETRIZES GERAIS

PROJETOS DE SAÚDE MENTAL NO SISTEMA CFMV/CRMVs

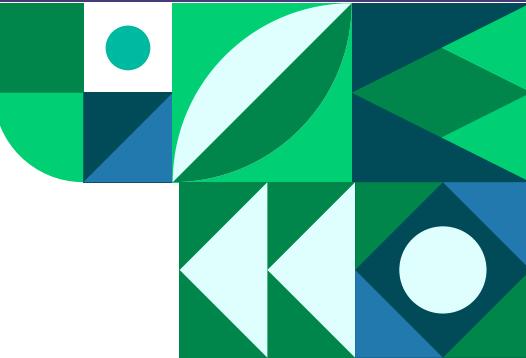
ATUAÇÃO SEGURA, ÉTICA E TÉCNICA
EM CONTEXTOS COLETIVOS



SISTEMA CFMV/CRMVs



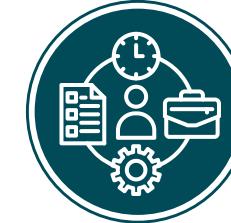
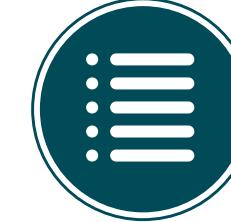
1ª EDIÇÃO DE OUTUBRO DE 2025



SUMÁRIO

Estas Diretrizes Gerais oferecem orientações práticas, éticas e técnicas para projetos e ações de promoção da saúde mental no Sistema CFMV/CRMVs e em ambientes vinculados à Medicina Veterinária e Zootecnia, reforçando a responsabilidade institucional de garantir espaços emocionalmente seguros, em conformidade com a legislação vigente.

Saiba mais acessando os links ao lado.

-  **PRESENÇA DE PROFISSIONAIS ESPECIALIZADOS**
-  **O QUE OBSERVAR E EVITAR**
-  **CONSIDERAÇÕES SOBRE DATAS COMEMORATIVAS NO CUIDADO À SAÚDE MENTAL**
-  **ATENÇÃO ESPECIAL A CAMPANHAS RELACIONADAS À SAÚDE MENTAL**
-  **ÉTICA, SIGILO E VOLUNTARIEDADE**
-  **CONDIÇÕES ESTRUTURAIS E ORGANIZACIONAIS**
-  **AÇÕES DE PÓSVENÇÃO EM CASOS DE SUICÍDIO OU MORTES QUE SENSIBILIZEM A COMUNIDADE**
-  **EXPEDIENTE**

PRESENÇA DE PROFISSIONAIS ESPECIALIZADOS



Toda iniciativa focada em saúde mental deverá contar com a participação de profissionais habilitados em saúde mental, como psicólogos(as) ou psiquiatras, com registro profissional ativo no respectivo conselho profissional e experiência clínica e/ou institucional comprovada. A atuação técnica especializada é essencial para garantir a segurança, a efetividade e a responsabilidade das ações.

Compete a esses profissionais:

- Avaliar previamente o conteúdo e a metodologia da ação, identificar e mitigar os riscos associados.**
- Conduzir ou supervisionar, com cautela, intervenções que abordem sofrimento psíquico, temas sensíveis ou com potencial de promoção de emoções intensas.**
- Assegurar que seja previsto fluxo de encaminhamento estruturado para a rede de apoio psicossocial (CAPS, clínicas-escola, serviços da própria instituição, etc.) em caso de necessidade pontual.**

A ausência desse suporte técnico qualificado nas ações e eventos voltados à promoção da saúde mental poderá gerar riscos, propiciar impactos negativos na saúde emocional dos participantes, e implicar em responsabilização civil e/ou administrativa, sem prejuízo das sanções penais cabíveis.



O QUE OBSERVAR E EVITAR

A promoção da saúde mental em ambientes coletivos exige sensibilidade, responsabilidade técnica e estrita observância à legislação aplicável.

Sem o devido preparo, mesmo ações bem-intencionadas podem provocar efeitos adversos, como reexposição ao trauma, constrangimentos e/ou crises emocionais agudas. Para reduzir riscos e proteger os participantes, é fundamental observar e evitar práticas com potencial risco para exposição de vulnerabilidades, especialmente se não houver planejamento e previsão de suporte adequado.

EVITE

Rodas de conversa sobre temas sensíveis (suicídio, luto, assédio, violência, abuso, etc.) sem mediação profissional qualificada e capacitada para lidar com reações emocionais complexas;

Exposição pública de histórias pessoais intensas sem preparo emocional, acolhimento individual e possibilidade real de suporte clínico compatível e pelo tempo necessário;

Dinâmicas que induzem ou incentivem exposição emocional, "quebra de resistência" ou práticas catárticas;

Abordagens que confundem emoção com eficácia como a ideia de que uma ação só é significativa se provocar forte impacto emocional visível;

Uso de frases motivacionais genéricas ou discursos de positividade tóxica que desconsideram realidades psíquicas e invalidam a dor, o sofrimento ou a complexidade da experiência humana.

Transmissão de conteúdos e questionários sem validação científica ou ética como notícias de fontes não confiáveis, questionários de auto-diagnóstico ou de pesquisas que não sejam avaliadas por Comitê de Ética em Pesquisa (CEPE) podem levar a conclusões equivocadas ou deflagrar reações em indivíduos sensibilizados.

Toda ação em saúde mental deve priorizar a segurança emocional, o respeito à singularidade, ao sigilo, e o cuidado ético com a escuta e a fala.

CONSIDERAÇÕES SOBRE DATAS COMEMORATIVAS NO CUIDADO À SAÚDE MENTAL

As datas comemorativas, como festas de fim de ano, aniversários e dias alusivos a perdas ou eventos significativos — como o Dia das Mães, o Dia dos Pais e o Natal — podem funcionar como gatilhos emocionais para pessoas em sofrimento psíquico ou em situação de vulnerabilidade mental. É importante tratar esses períodos como marcos de atenção preventiva e observar o contexto das pessoas com especial cuidado, especialmente quando houver eventos recentes, como perdas gestacionais ou luto familiar.



Reconhecimento das datas como potenciais gatilhos

Datas comemorativas podem reativar lembranças de perdas, frustrações pessoais, conflitos familiares ou sentimentos de solidão.

É essencial reconhecer que nem todas as pessoas vivenciam esses momentos com alegria ou estabilidade emocional.

Planejamento de ações preventivas -

Antecipar-se a essas datas com iniciativas educativas e de acolhimento pode contribuir para reduzir a sobrecarga emocional.

O envio de mensagens institucionais com abordagem sensível, que reconheçam a diversidade de vivências e ofereçam apoio, representa um gesto importante de cuidado.

Mitigação de gatilhos no ambiente de trabalho -

É recomendável estimular uma cultura de não imposição de celebrações, evitando a obrigatoriedade de participação em eventos festivos.

Também é importante oferecer espaços seguros para diálogo e acolhimento, como rodas de conversa, escuta qualificada, entre outros espaços.

Capacitação de gestores e equipes de RH

- Gestores e profissionais de recursos humanos devem ser orientados sobre os riscos psíquicos associados a essas datas, promovendo a empatia institucional.

A criação de protocolos de atenção para situações de agravamento do sofrimento psíquico nesses períodos contribui para uma atuação mais cuidadosa e eficaz.

Disponibilização de recursos de apoio -

Nessas épocas, é recomendável reforçar a divulgação dos canais de apoio psicológico e dos programas de saúde mental disponíveis no Conselho ou na empresa contratada, quando houver.

Também é importante incentivar o uso de materiais informativos sobre autocuidado emocional durante esses períodos.

ATENÇÃO ESPECIAL A CAMPANHAS RELACIONADAS À SAÚDE MENTAL

É recomendável que datas como o Setembro Amarelo e o Janeiro Branco, ainda que tenham como propósito a conscientização sobre saúde mental e a prevenção do suicídio, sejam conduzidas com cuidado ético, técnico e institucional.

A abordagem deve evitar efeitos colaterais indesejáveis sobre pessoas emocionalmente sensibilizadas ou em sofrimento psíquico, tratando o tema com extrema responsabilidade e evitando discursos simplificados ou estigmatizantes.

Deve-se priorizar ações contínuas, planejadas com base técnica e com a participação de profissionais de saúde mental qualificados, de modo a assegurar que essas datas não sejam tratadas como eventos pontuais, mas como parte de uma política institucional estruturada de promoção da saúde mental.





RISCOS AO ABORDAR CAMPANHAS COMO SETEMBRO AMARELO E JANEIRO BRANCO

Riscos Associados a Abordagens Superficiais

- O uso indiscriminado de campanhas de conscientização pode gerar efeitos indesejáveis, como:
- Superficialização do debate, ao transformar campanhas em ações pontuais ou publicitárias.
- Culpabilização individual, ao focar apenas no autocuidado e ignorar fatores sociais e estruturais.
- Gatilhos emocionais, por meio de conteúdos inadequados ou gráficos sobre sofrimento psíquico.
- Banalização da dor, quando o tema é tratado de forma romantizada ou motivacional.

Recomendações para uma Abordagem Ética e Cuidadosa

- Adote postura crítica e responsável nas campanhas de saúde mental, priorizando ações contínuas e estruturadas.
- Insira as campanhas em políticas institucionais permanentes, deixando claro que setembro e janeiro não substituem o cuidado constante.
- Planeje ações com profissionais de saúde mental, garantindo base técnica, ética e respeito à diversidade.
- Evite materiais com potencial de gatilho, utilizando linguagem acolhedora e não estigmatizante.
- Contextualize o sofrimento psíquico considerando fatores individuais, sociais e institucionais.
- Aproveite essas datas para fortalecer políticas de prevenção e promoção do bem-estar coletivo.



[Início](#)





INTERVENÇÕES COLETIVAS: CUIDADOS E SUGESTÕES

As intervenções coletivas em saúde mental devem promover o bem-estar por meio de ações **psicoeducativas, preventivas e de acolhimento, assegurando segurança emocional**. Devem considerar o perfil do público, a autonomia dos participantes e o contexto institucional, sendo planejadas com antecedência e conduzidas por profissionais qualificados em ambiente seguro e respeitoso.

Atenção especial a datas com potencial simbólico, como Setembro Amarelo, Dia das Mães e Natal, que podem despertar emoções ou memórias difíceis. Nessas ocasiões, recomenda-se cautela ao avaliar a viabilidade de ações, a escolha dos temas e a forma de condução de postagens, eventos ou campanhas.

Exemplos seguros e eficazes:

- Oficinas de autocuidado com práticas simples, como mindfulness, respiração, relaxamento, arte e escrita.
- Rodas de conversa com temas leves e educativos, como manejo do estresse, sono e bem-estar ou formas de recarregar a energia.
- Palestras conduzidas por especialistas sobre saúde mental no trabalho, ansiedade, regulação emocional e burnout.
- Atividades colaborativas que promovam empatia, respeito e pertencimento no ambiente institucional.

Evite:

- Ações que induzem ao choro sem suporte clínico adequado ou acompanhamento individual posterior.
- Exercícios que provoquem regressão emocional, exposição íntima ou confronto entre participantes.
- Práticas que imponham, mesmo de forma sutil, a obrigação de se abrir emocionalmente, tratando a vulnerabilidade como dever e não como escolha.



[Início](#)

A condução ética e cuidadosa das ações coletivas é fundamental para que os espaços de saúde mental promovam bem-estar, evitando exposição, desconforto ou risco aos participantes.

ÉTICA, SIGILO E VOLUNTARIEDADE

Toda ação em saúde mental deve seguir os princípios da ética, do sigilo e da autonomia dos participantes, observando também a Lei Geral de Proteção de Dados Pessoais ([Lei nº 13.709/2018](#)) quanto ao tratamento de dados pessoais e sensíveis.

O respeito à confidencialidade, à liberdade de escolha e à não exposição é essencial para garantir um ambiente seguro e acolhedor.

- A participação deve ser sempre espontânea e voluntária, sem vínculo com metas, compromissos institucionais ou exigências da cultura organizacional.
- Os responsáveis devem garantir o sigilo sobre tudo o que for compartilhado, preservando a confiança e a privacidade dos participantes.
- Evite registros que possam identificar pessoas ou experiências, salvo com consentimento expresso e informado.
- Promova espaços de escuta empática e respeitosa, que acolham a dor e a singularidade de cada vivência, sem julgamentos, conselhos ou comparações.

Cuidar da saúde mental é, antes de tudo, zelar pela dignidade humana em sua dimensão mais íntima.

Práticas éticas não apenas protegem os participantes, mas também qualificam as ações, fortalecem a confiança e reafirmam o compromisso institucional com o bem-estar.



CONDIÇÕES ESTRUTURAIS E ORGANIZACIONAIS

O cuidado em saúde mental começa antes da atividade: ele se expressa na escolha do local, no tempo disponível e no compromisso institucional com o bem-estar das pessoas.

A estrutura oferecida comunica, de forma simbólica e prática, o valor que a organização atribui à escuta, à saúde emocional e à dignidade dos participantes.



ASPECTOS BÁSICOS A OBSERVAR:

Espaço físico adequado: deve ser silencioso, confortável, reservado e livre de interrupções, distante de locais de cobrança ou autoridade direta, garantindo privacidade e segurança emocional.

Tempo mínimo garantido: as atividades devem ter duração compatível com seus objetivos, sem competir com prazos, metas ou demandas da rotina de trabalho.

Intervalo: recomenda-se um tempo de pausa antes do retorno às atividades habituais.

Suporte pós-atividade: é essencial prever acompanhamento para participantes emocionalmente mobilizados, oferecendo escuta individual, encaminhamento ou contato com profissional de referência.

Oferecer condições estruturais adequadas é, também, uma expressão de cuidado ético.

A falta de preparo ou a improvisação nesse aspecto pode comprometer a efetividade das ações e gerar a falsa percepção de atenção à saúde mental.



CUIDADOS COM LINGUAGEM E COMUNICAÇÃO

A linguagem é uma ferramenta essencial no cuidado em saúde mental. As palavras podem acolher ou excluir, aproximar ou afastar. Por isso, a comunicação deve ser sempre consciente, empática e ética.

Recomendações Fundamentais

Evite termos técnicos sem a devida mediação, como “crise de ansiedade”, “transtorno depressivo maior”, “narcisismo”, “burnout” ou “bipolaridade”, especialmente quando não houver explicação adequada ou profissional habilitado para conduzir o tema. O uso inadequado pode gerar confusão, medo ou estigmatização.

Opte por uma linguagem que evite o sofrimento ou tente resolver a dor com otimismo superficial, como:

“Todo mundo passa por isso”, “É só uma fase”, “Pense positivo” ou “Isso vai te fortalecer”.

Embora bem-intencionadas, essas frases podem invalidar emoções legítimas e dificultar a abertura dos participantes.

Prefira uma linguagem neutra, respeitosa e acolhedora, que reconheça cada experiência sem rotular, julgar ou infantilizar.

Frases como “Você não está sozinho(a)”, “É compreensível se sentir assim” ou “Quer conversar mais sobre isso?” ajudam a promover um ambiente de escuta e cuidado genuíno.

Tenha cautela ao compartilhar informações cuja veracidade ou confiabilidade não tenha sido confirmada pessoalmente.

Evite basear-se em conceitos superficiais, desatualizados ou duvidosos – como as “fases do luto”, percentuais genéricos sobre transtornos mentais ou expressões fora de contexto.

A forma como se fala sobre saúde mental é, em si, uma forma de intervenção: usar a linguagem como instrumento de acolhimento fortalece vínculos, reduz o estigma e amplia o acesso a cuidados mais efetivos.





ENCAMINHAMENTOS E PÓS-AÇÃO

O compromisso com a saúde mental não se encerra com o término da atividade. A organização e os responsáveis pelas ações devem estar preparados para acolher possíveis desdobramentos emocionais e garantir a continuidade do cuidado, especialmente quando forem abordados conteúdos sensíveis ou questões psíquicas mais profundas.

Recomenda-se:

Elaborar um plano de encaminhamento imediato para situações em que participantes apresentem sinais de sofrimento intenso, crise emocional ou descompensação psíquica durante ou após a atividade. Esse plano deve estar articulado com profissionais capacitados e com a rede de atenção psicossocial.

Garantir a divulgação clara e acessível de contatos de apoio psicológico, como profissionais da instituição (quando houver), serviços públicos — CAPS, CVV, unidades básicas de saúde — e redes privadas confiáveis.

Quando pertinente, realizar um acompanhamento breve e acolhedor com os participantes, oferecendo escuta ativa, verificação de bem-estar e, se necessário, encaminhamento para atendimento individualizado.

A etapa pós-ação é tão importante quanto o planejamento inicial. Ela expressa o compromisso contínuo da instituição, reforça a responsabilidade ética e pode ser decisiva tanto para prevenir agravamentos quanto para consolidar avanços no bem-estar dos participantes.



[Início](#)



AÇÕES DE PÓSVENÇÃO EM CASOS DE SUICÍDIO OU MORTES QUE SENSIBILIZEM A COMUNIDADE

A ação de posvenção tem como objetivo oferecer apoio aos enlutados, reduzir o risco de novos casos (efeito de contágio) e promover um ambiente de cuidado, escuta e acolhimento.



Princípios Norteadores

- **Respeito** à dignidade da pessoa falecida e dos enlutados.
- **Privacidade** e confidencialidade nas informações.
- **Responsabilidade na comunicação**, com linguagem cuidadosa e sem detalhar métodos
- **Não julgamento**, evitando interpretações simplistas ou culpabilizações.
- **Prevenção do contágio por imitação** (efeito Werther).
- **Promoção da saúde mental** como prioridade institucional.

Formação de um Comitê de Acolhimento e Posvenção

Se possível, a instituição pode formar uma equipe multidisciplinar com profissionais de áreas como Psicologia, Assistência Social, Recursos Humanos, Comunicação Institucional e representantes da diretoria ou do conselho.

Esse grupo deve coordenar ações de acolhimento e comunicação, garantir escuta ativa e encaminhamentos adequados, além de propor medidas preventivas para futuras situações.

Ações Imediatas Após a Confirmação do Caso

- Verifique a veracidade das informações com discrição e sensibilidade.
- Entre em contato com a família, oferecendo apoio e respeitando seu desejo quanto ao nível de divulgação.
- Avalie a necessidade de uma interrupção temporária das atividades no setor afetado.
- Defina, se necessário, fluxos de atendimento psicológico emergencial.

AÇÕES DE PÓSVENÇÃO EM CASOS DE SUICÍDIO OU MORTES QUE SENSIBILIZEM A COMUNIDADE

Apoio Psicológico aos Enlutados e Comunidade Impactada

- Oferecer escuta ativa com profissionais ou encaminhamento à rede de apoio;
- Identificar pessoas diretamente afetadas e acompanhar sinais de sofrimento emocional;
- Promover, quando desejado e viável, espaços de acolhimento em grupo com suporte institucional e profissional adequado.

Homenagens e Ritual Coletivo (Opcional)

- Avaliar com a família e a equipe a pertinência de homenagens discretas.
- Evitar construções que glorifiquem o ato.
- Realizar ações simbólicas voltadas à valorização da vida (plantio de árvore, roda de conversa, etc.).

Avaliação e Aprendizado Institucional

Após o evento, reunir a equipe de resposta para analisar:

- O que funcionou bem.
- O que pode ser aprimorado.
- A necessidade de atualização dos protocolos de saúde mental e prevenção.
- A incorporação dos aprendizados em ações permanentes de bem-estar institucional.

Prevenção Contínua e Cultura de Cuidado - Implementar ou dar continuidade a ações permanentes de prevenção do sofrimento psíquico, como:

- Treinamentos sobre saúde mental
- Rodas de conversa e escuta ativa
- Incentivo ao autocuidado e ao cuidado coletivo
- Divulgação de **canais de apoio psicológico**



Gestão 2020-2023

DIRETORIA EXECUTIVA

- Ana Elisa Fernandes de Souza Almeida - Presidente - CRMV-BA nº 1130
- Romulo Cezar Spinelli Ribeiro de Miranda - Vice-Presidente CRMV-RJ nº 2773
- José Maria dos Santos Filho - Secretário-Geral- CRMV-CE nº 0950
- Marcos Vinícius de Oliveira Neves - Tesoureiro - CRMV-SC nº 3355

CONSELHEIROS EFETIVOS

- Francisca Neide Costa - CRMV-MA nº 0539
- Francisco Edson Gomes - CRMV-RR nº 0177
- Mitika Kurabayashi Hagiwara - CRMV-SP nº 0521
- Raimundo Alves Barrêto Júnior - CRMV-RN nº 0307
- Roberto Renato Pinheiro da Silva - CRMV-MT nº 1364
- Rodrigo Afonso Leitão - CRMV-MG nº 0833/Z

CONSELHEIROS SUPLENTES

- Adriano Fernandes Ferreira - CRMV-PB nº 0681
- Estevão Márcio Cavalcante Leandro - CRMV-AM nº 0470
- Evelynne Hildegard Marques de Melo - CRMV-AL nº 0797
- João Vieira de Almeida Neto - CRMV-MS nº 0568
- Lilian Muller - CRMV-RS nº 5010
- Virginia Teixeira do Carmo Emerich - CRMV-ES nº 0568

COORDENAÇÃO DO PROJETO DIRETRIZES DE ATUAÇÃO DO RT

- José Maria dos Santos Filho - Tesoureiro - CRMV-CE nº 0950
- Coordenador das Comissões Técnicas - Portaria CFMV nº 166/2024

ELABORAÇÃO, PRODUÇÃO E COLABORAÇÃO TÉCNICA

Portaria nº 98/2024 - Comissão de Atenção à Saúde Mental dos Médicos-veterinários e Zootecnistas (CASM) no âmbito do CFMV.

- Méd. -Vet e Psicóloga Ingrid Bueno Atayde Machado, CFMV nº 0653 - Presidente
- Larissa Nunes Regis Oliveira - matrícula CFMV nº 0655
- Laura Gabriela Snitovsky - matrícula CFMV nº 0611
- Lucas Figueiredo - matrícula CFMV nº 0636
- Psicólogo Rodrigo Acioli Moura - CRP 05/33761

Portaria nº 116/2025 - Institui a Comissão Interna para Revisão de Diretrizes Técnicas do Conselho Federal de Medicina Veterinária (CFMV)

- Méd. -Vet. Leonardo Nápoli - CRMV-DF nº 6262/S; Mat. CFMV nº 0638 - Presidente
- Méd. -Vet. Fernando Rodrigo Zacchi - CRMV-DF nº 4429; Mat. CFMV nº 0639;
- Méd. -Vet. Ingrid Bueno Atayde - CRMV-DF nº 6354; Mat. CFMV nº 0653 e CRP nº 01/27576
- Méd. -Vet. Paulo Augusto Aragão Zunino - CRMV-SC nº 2145; Mat. CFMV nº 0660;
- Laura Gabriela Snitovsky - Mat. CFMV nº 0611;

REALIZAÇÃO:

CFMV

Conselho Federal de Medicina Veterinária