



**CFMV**

Conselho Federal de Medicina Veterinária



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**



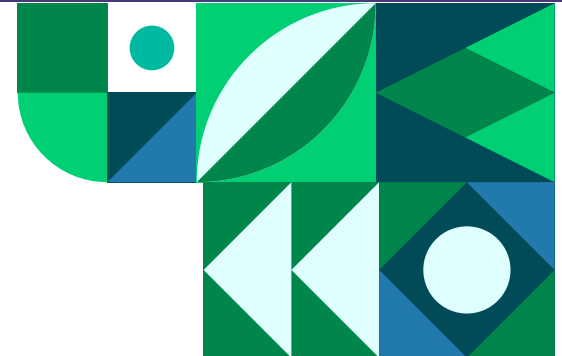
**CONDIÇÕES ESTRUTURAIS E ORGANIZACIONAIS**



**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 induzam 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.

Início

## **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.





# 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 induzam 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.

**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.**

Início



# 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.

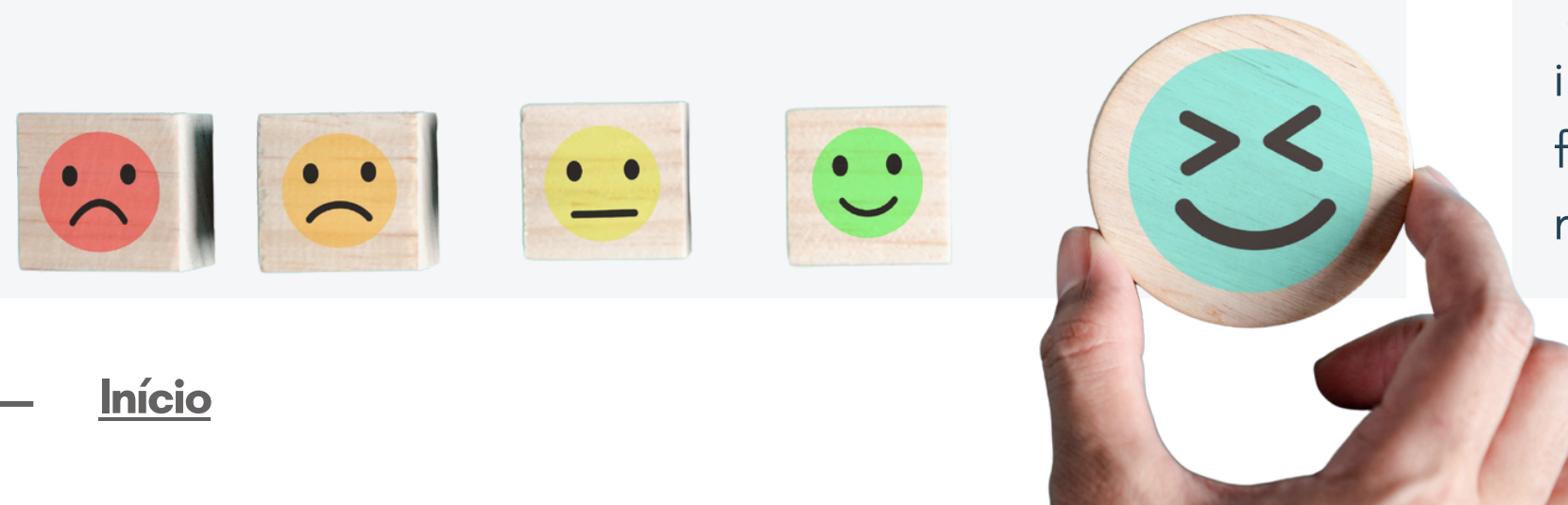
**Prefira uma linguagem neutra, respeitosa e acolhedora**, que reconheça cada experiência sem rotular, julgar ou infantilizar.

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 PÓS VENÇÃO 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.



Início

## 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 PÓS-VENÇÃO 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 Kuribayashi 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