

USO DE ÁLCOOL E TABACO: REPERCUSSÕES NA SAÚDE MENTAL DO TRABALHADOR

XXVIII Encontro de Extensão

Ana Jessica Lopes Dias, Beatriz Alves Juvêncio, Lívia Santiago de Paula, Régis Rony Barros Lima, Thais de Queiros Serra, Francisca Clea Florenco de Sousa

Introdução: A relação entre trabalho e saúde mental tem sido um foco importante nas ações que promovem prevenção de doenças como ansiedade e depressão no trabalhador. Expostos ao estresse das inúmeras funções e ao acometimento dessas doenças, muitos recorrem ao uso/abuso de substâncias químicas, como álcool e tabaco, para buscar equilíbrio emocional, confrontar a realidade ou para válvula de escape. **Objetivos:** Relatar a experiência de uma ação de extensão de educação em saúde realizada na SIPAT (Semana Interna de Prevenção de Acidentes do Trabalho) da empresa Prosegur (multinacional de segurança privada), sobre o uso de álcool e tabaco com as complicações ligadas à depressão e ansiedade. **Metodologia:** Em dezembro de 2018 foi realizada uma palestra seguida de roda de conversa desenvolvida por cinco membros do Projeto Drogas de Abuso (ProDAb) vinculado à Pró-Reitoria de Extensão, na sede da Prosegur em Fortaleza, sendo o público-alvo trabalhadores de área administrativa. **Resultados:** Durante a palestra, foram esclarecidas dúvidas sobre dependência química e mecanismos de ação do álcool e tabaco no sistema nervoso central, além de relacioná-las com depressão e ansiedade no contexto laboral. Na roda de conversa, percebeu-se que os pontos levantados na palestra foram de suma importância para o entendimento dos funcionários para discussão sobre o uso dessas substâncias e sua ligação direta ao estresse, modo de escape e sintomas semelhantes a patologias de cunho psiquiátrico. Foram abordados também possíveis soluções para melhorar a qualidade de vida no trabalho. **Conclusão:** A ação teve grande participação dos funcionários, criando um ambiente de troca de experiências e revelando criticidade do público diante da temática, trazendo atenção à saúde mental tanto individual como do grupo de trabalho.

Palavras-chave: EDUCAÇÃO EM SAÚDE. SAÚDE MENTAL. DROGAS DE ABUSO. SAÚDE DO TRABALHADOR.