



Plano Anual de Preservação da Saúde Mental Corporativa

Proposta de Implementação com

Consultoria SIGOMIND / SIGOWEB

Empresa Contratante: [Nome da Empresa]

Prestador de Serviço: [Nome do Prestador]

Consultoria Técnica: SIGOWEB / SIGOMIND

Data: [Dia / Mês / Ano]

Sumário

1. Introdução
2. Objetivos
3. Metodologia
4. Cronograma Trimestral de Atividades
5. Responsabilidades
6. Aspectos Legais e Normativos
7. Considerações Financeiras

1. Introdução

A saúde mental corporativa é um fator essencial para o bem-estar dos colaboradores, o engajamento e a produtividade sustentável da organização.

O presente **Plano Anual de Preservação da Saúde Mental Corporativa** combina a aplicação sistemática de **instrumentos validados** com a execução de ações mitigatórias direcionadas.

A consultoria **SIGOWEB**, por meio do **SIGOMIND**, operacionaliza todas as pesquisas e

fornece análises técnicas, garantindo confiabilidade e consistência dos dados. Com base nesses resultados, o prestador de serviço implementa as ações mitigatórias e conduz os planos de ação, transformando os achados em **resultados concretos** para a empresa.

2. Objetivos

- Garantir conformidade legal com a **NR-1** e normas aplicáveis.
 - Monitorar continuamente a saúde mental dos colaboradores.
 - Identificar e mitigar riscos psicossociais de forma eficaz.
 - Promover melhoria contínua por meio de análises técnicas e execução estruturada de planos de ação.
 - Demonstrar resultados mensuráveis para a empresa contratante.
-

3. Metodologia

O plano é organizado em **ciclos trimestrais**, combinando:

1. **Aplicação de questionários validados** via SIGOMIND (consultoria SIGOWEB).
2. **Análise preliminar e consolidação de dados** pelo SIGOMIND.
3. **Execução de ações mitigatórias e planos de ação** pelo prestador de serviço.
4. **Monitoramento contínuo e ajustes** das estratégias.

Instrumentos utilizados:

- **WHOQOL-BREF** – avaliação de qualidade de vida dos colaboradores.
 - **COPSOQ** – avaliação de riscos psicossociais, atendendo exigências da NR-1.
 - **SRQ-20** – triagem de sintomas mentais leves/moderados.
 - **CBI** – avaliação de burnout (Copenhagen Burnout Inventory).
 - **DASS-21** – avaliação de sintomas de depressão, ansiedade e estresse.
-

4. Cronograma Trimestral de Atividades

Trimestre	Atividades e Ferramentas	Responsáveis	Objetivos
1º	Aplicação de WHOQOL-Bref, COPSOQ e Contexto Organizacional	SIGOWEB / SIGOMIND	Diagnóstico inicial da qualidade de vida e riscos psicossociais; cumprimento da NR-1
	Análise preliminar dos dados e entrega de relatórios técnicos	SIGOWEB / SIGOMIND	Suporte à Organização / prestador de serviço para definição dos planos de ação
	Implementação inicial de planos de ação	Organização ou Prestador de serviço	Mitigação dos riscos identificados
2º	Aplicação de SRQ-20 e CBI	SIGOWEB / SIGOMIND	Avaliação psicológica e emocional
	Ajustes e continuidade das ações mitigatórias	Organização ou Prestador de serviço	Monitoramento contínuo e execução de planos de ação
3º	Aplicação de DASS-21	SIGOWEB / SIGOMIND	Avaliação de sintomas de depressão, ansiedade e estresse
	Ajustes e manutenção das ações implementadas	Organização ou Prestador de	Garantia da efetividade das intervenções

		serviço	
4º	Consolidação e análise de todos os dados do ano	SIGOWEB / SIGOMIND	Produção de relatórios gerenciais e técnicos
	Entrega de relatórios executivos ao cliente	Organização ou Prestador de serviço	Apresentação dos resultados e planejamento do próximo ciclo

Observação: No 2º ano, o ciclo se repete integralmente, permitindo que os achados de cada trimestre sejam comparados sequencialmente, gerando insights sobre evolução, tendências e impacto das ações mitigatórias ao longo do tempo.

5. Responsabilidades

Parte	Responsabilidades
SIGOWEB / SIGOMIND	<ul style="list-style-type: none"> - Fornecimento e operacionalização das pesquisas. - Consolidação e análise preliminar dos dados. - Elaboração de relatórios técnicos detalhados. - Suporte técnico contínuo para interpretação dos resultados. - Disponibilização de dashboards e indicadores para acompanhamento.
Organização ou Prestador de serviço	<ul style="list-style-type: none"> - Implementação das ações mitigatórias. - Condução e monitoramento dos planos de ação. - Ajustes contínuos baseados nos achados das pesquisas. - Entrega de relatórios executivos de acompanhamento ao cliente.

Parte	Responsabilidades
Empresa contratante	<ul style="list-style-type: none">- Garantir acesso aos colaboradores para aplicação dos questionários.- Apoiar na implementação das ações mitigatórias.- Monitorar indicadores junto ao prestador de serviço.
Colaboradores	<ul style="list-style-type: none">- Participação voluntária e sigilosa nas pesquisas.

6. Aspectos Legais e Normativos

- Cumprimento da **NR-1** e demais legislações aplicáveis.
- Garantia de confidencialidade e privacidade dos dados dos colaboradores.
- Registro sistemático das evidências e ações implementadas.
- Suporte técnico para validação e defesa das medidas adotadas.

7. Considerações Financeiras

- Prestação de serviço anual, com pagamentos mensais recorrentes.
- Valores baseados no número de colaboradores ativos.
- Modelo sustentável e escalável, garantindo continuidade do monitoramento e execução das ações.