

Psicologia na prestação de cuidados de saúde | Saúde Ocupacional

ENTIDADES REPRESENTADAS

- Gabinete da Secretária de Estado para a Promoção da Saúde (coord.)
- Direção-Geral da Saúde (DGS) - Programa Nacional de Saúde Ocupacional (PNSOC)
- Ordem dos Psicólogos Portugueses (OPP)

ÂMBITO

O Programa do XXIII Governo Constitucional estabelece como um dos desígnios na área da saúde, o reforço na promoção da saúde e prevenção da doença, a garantia contínua de uma resposta estruturada, integrada e centrada nas necessidades em saúde da população. Em janeiro de 2024 foi criada uma equipa de trabalho a funcionar junto do Ministério da Saúde, Gabinete da Senhora Secretária de Estado da Promoção da Saúde, que reúne representantes de instituições da área da saúde, tendo como objetivo propor recomendações estratégicas para a (re)organização da resposta assistencial em matéria de **Saúde Ocupacional**.

O presente documento centra-se no contributo da **valência da psicologia** na prestação de respostas assistenciais no âmbito da Saúde Ocupacional.

Visão

No Sistema de Saúde Português, a área da saúde ocupacional adota uma abordagem centrada na **prevenção dos riscos profissionais** e na **proteção e promoção da saúde** das pessoas trabalhadoras, designadamente as mais vulneráveis, nomeadamente pela avaliação e gestão dos riscos psicossociais. É seguida uma **abordagem integrada da saúde** valorizando o contributo da **Psicologia** e reconhecendo a complexidade das necessidades humanas, e a necessidade de se promover ambientes de trabalho saudáveis e resilientes e de garantir a sustentabilidade dos sistemas.

NORMATIVOS LEGAIS

Constituição da República Portuguesa (vg. art. 59.º) <https://diariodarepublica.pt/dr/legislacao-consolidada/decreto-aprovacao-constituicao/1976-34520775>

Lei de Bases da Saúde (vg bases 1, 13, 14, 22 e 30)
<https://diariodarepublica.pt/dr/detalhe/lei/95-2019-124417108>

Estatuto do Serviço Nacional de Saúde - <https://diariodarepublica.pt/dr/legislacao-consolidada/decreto-lei/2022-187129978>

Regime jurídico da promoção da segurança e saúde no trabalho-
<https://diariodarepublica.pt/dr/legislacao-consolidada/lei/2009-56365341>

Código do Trabalho (vg. artigos 62.º, 66.º, 127.º, 186.º, 281.º)
<https://diariodarepublica.pt/dr/legislacao-consolidada/lei/2009-34546475>

Lei Geral do Trabalho em Funções Públicas (vg. art. 4.º e 71.º)
<https://diariodarepublica.pt/dr/legislacao-consolidada/lei/2014-57466875>

DOCUMENTAÇÃO TÉCNICA (links)

[Programa Nacional de Saúde Ocupacional](#)

[Guia Técnico nº 3: Vigilância da Saúde dos Trabalhadores Expostos a Fatores de Risco Psicossocial no Local de Trabalho. Programa Nacional de Saúde Ocupacional. Direção-Geral da Saúde. 2021.](#)

[Documento de Consenso de Peritos no âmbito da Avaliação do risco psicossocial em contexto laboral. Programa Nacional de Saúde Ocupacional. Direção-Geral da Saúde. 2023.](#)

[Prosperidade e Sustentabilidade das Organizações – Relatório dos Custos do Stress e dos Problemas de Saúde Psicológica no Trabalho, em Portugal – Ordem dos Psicólogos Portugueses 2023](#)

CARACTERIZAÇÃO DA SITUAÇÃO ATUAL

- A organização dos Serviços de Saúde Ocupacional (SSO) do setor da saúde encontra-se em diferentes estágios: alguns estabelecimentos têm SSO com dezenas de anos de experiência; outros estabelecimentos apresentam uma organização ainda incipiente. Globalmente, verifica-se um diminuto número de profissionais de Saúde Ocupacional afetos a estes Serviços, considerando o número de pessoas trabalhadoras que abrangem para efeitos de vigilância e promoção da saúde.
- No âmbito do diagnóstico da organização e funcionamento dos Serviços de SSO dos Hospitais/Centros Hospitalares do setor público, privado, cooperativo e social de Portugal Continental, realizado pela Direção-Geral da Saúde em 2018, de 182 estabelecimentos de saúde **apenas 7,7% dos estabelecimentos indicou ter psicólogo/a** nos SSO.
- Considerando uma prevalência de perturbações mentais em contexto laboral associada a altos níveis de incapacidade para o trabalho, com potencial expressividade no setor da saúde, importa prevenir e acompanhar estas situações, atendendo à importância do capital humano deste setor – profissionais de saúde.
- O setor da saúde representa um dos contextos ocupacionais com maior número de fatores de risco para os profissionais, com diversas naturezas (química, física, biológica, psicossocial ou ligada à atividade), sendo caracterizado pelo seu ambiente dinâmico e exigente, com uma elevada responsabilidade e complexidade nos serviços produzidos, nomeadamente prestação de cuidados de saúde.
- Reconhece-se que a estratégia preventiva deve estabelecer metodologias e disponibilizar ferramentas tecnológicas que promovam adequadas avaliações de risco psicossocial, tendo em conta as necessidades de saúde e bem-estar da população trabalhadora e as especificidades e características das empresas/organizações.
- Revela-se necessária uma nova reestruturação dos Serviços de Saúde Mental de Adultos, tendo em conta reorganização do SNS e a criação das Unidades Locais de Saúde (ULS), assim como a redefinição dos procedimentos de referência para estas estruturas.

- É urgente que os Serviços de Saúde Mental de Adultos, ou outras estruturas que venham a ser criadas, tenham profissionais de saúde especializados para acompanharem a saúde mental das pessoas trabalhadoras, incluindo a reintegração no local de trabalho, tendo em consideração as especificidades laborais.
- Salienta-se a importância de reforçar as equipas de saúde ocupacional do sistema de saúde português de forma sustentada, nomeadamente com Psicólogos/as, seja através do perfil de Psicólogo/a do Trabalho, Social e das Organizações, ou do perfil de Psicólogo/a Clínico e da Saúde.

Os/As psicólogos/as do trabalho podem intervir ao nível individual, grupal e organizacional tendo em vista a melhoria do desempenho, da produtividade e da satisfação laboral, bem como contribuir para a promoção da saúde e bem-estar das pessoas trabalhadoras. Assim, os dois principais eixos de atuação são a prevenção de riscos e a promoção de saúde sendo que o/a Psicólogo/a do Trabalho desempenha um papel relevante na Saúde Ocupacional em cooperação com diferentes profissionais.

RECOMENDAÇÕES

Propostas estratégicas para melhorar o acesso e a qualidade dos serviços assistenciais prestados no âmbito da saúde ocupacional.

RECOMENDAÇÃO I. SERVIÇOS ASSISTENCIAIS A TRABALHADORES/AS DO SERVIÇO NACIONAL DE SAÚDE (SNS):

I.1. (Re)organização e reforço dos Serviços de Saúde Ocupacional (ou Serviços de Segurança e Saúde do Trabalho) do SNS

De acordo com a Lei n.º 102/2009, de 10 de setembro, na sua atual redação, todos os estabelecimentos do SNS devem organizar Serviços de Saúde Ocupacional (SSO) para as respetivas pessoas trabalhadoras.

Dadas as especificidades destes estabelecimentos e da sua organização, assim como as exigências a que os profissionais estão sujeitos diariamente, mostra-se essencial a integração e o reforço do número de psicólogo(s)/a(s) do trabalho, social e das organizações em todos os SSO dos estabelecimentos do SNS, de acordo com o número de trabalhadores/as do estabelecimento e as especificidades da organização.

I.1. a) Modelo de integração do/a Psicólogo/a do Trabalho, Social e das Organizações ao SSO do SNS:

Os/As psicólogos/as do trabalho, social e das organizações integram o SSO, desenvolvendo um trabalho autónomo, científica e tecnicamente independente, mas integrado no trabalho da equipa multidisciplinar dos SSO. O(s)/A(s) psicólogos/as são coordenado(s)/a(s) pelo Diretor/a Responsável do SSO.

O papel do/a psicólogo/a do trabalho é diverso e complementar e, por isso, no contexto do SSO do SNS, o trabalho desenvolvido por este profissional deve ser interdisciplinar (e.g. em articulação com o médico e enfermeiro do trabalho e outros profissionais de saúde e segurança do trabalho).

1.1. b) Principais atividades do/a Psicólogo/a do Trabalho, Social e das Organizações no SSO do SNS:

- Realização de avaliações de risco psicossocial de âmbito coletivo (nível organizacional e/ou grupal);
- Colaboração na definição de medidas de prevenção de riscos psicossociais e acompanhamento da sua implementação;
- Realização de ações de promoção da saúde mental e de bem-estar, nomeadamente através de ações de sensibilização, educação psicológica deliberada e de formação;
- Elaboração de programas de promoção da saúde mental no local de trabalho;
- Realização de intervenções que fomentem práticas de gestão e ambientes de trabalho promotores de satisfação, desenvolvimento profissional e conciliação entre a vida profissional, familiar e pessoal, assim como de culturas organizacionais justas, saudáveis e sustentáveis.
- Realização de avaliação psicológica em contexto de trabalho (e.g. competências, adaptação ao contexto de trabalho, estratégias de *coping*);
- Desenvolvimento do capital humano visando promover a adaptação da pessoa trabalhadora às suas funções e/ou à mudança e reorganização organizacional, em articulação com os demais profissionais do SSO;
- Intervenção em gestão de crise e emergência, fomentando a prontidão da organização para lidar com estes desafios e disseminação de práticas como os primeiros socorros psicológicos.

1.1. c) Proposta de rácio do/a Psicólogo/a do Trabalho, Social e das Organizações no SSO do SNS:

- Salienta-se a necessidade de reforçar as equipas de SSO com Psicólogos/as do Trabalho, devendo estes/as desenvolver as suas atividades, nomeadamente as indicadas em 1.1.b), durante o número de horas necessário à realização das mesmas no âmbito das suas funções e competências.
- Os/As psicólogos/as do trabalho deverão ser integrados nos SSO do SNS, a tempo integral, ou com volume de horas por semana alocado ao SSO, volume este ajustado ao número de pessoas trabalhadoras da respetiva entidade/organização.
- Recomenda-se a elaboração de um estudo para definição mais objetiva e fundamentada de um rácio ancorado para execução das atividades indicadas em 1.1.b) e considerando as necessidades identificadas no contexto dos SSO.

1.2. Criação de procedimento de referenciação em saúde mental para os SSO do SNS:

O procedimento de referência em saúde mental permitirá que, após a avaliação de risco psicossocial pelos SSO e existindo uma suspeita de perturbação mental, a pessoa trabalhadora do estabelecimento do SNS seja encaminhada, pelo/a médico/a do trabalho, para acompanhamento especializado no âmbito da saúde mental nos centros de referência de saúde dos/as trabalhadores/as da respetiva ULS de II.1.

RECOMENDAÇÃO II. SERVIÇOS ASSISTÊNCIAIS A TRABALHADORES DE EMPRESAS/ORGANIZAÇÕES ATRAVÉS DO SNS:

II.1. Criação de centros de referência de saúde dos/as trabalhadores/as (CRST) nas ULS, com valência de saúde mental:

Em cada ULS, é constituída uma equipa multidisciplinar especializada em saúde mental no contexto laboral, que integra o CRST, o qual permitirá assegurar o acompanhamento de pessoas trabalhadoras de empresas/organizações que sejam referenciadas por motivos de saúde mental. Também serão referenciados para o CRST os/as trabalhadores/as do SNS, que necessitam de acompanhamento especializado em saúde mental.

A referência para o CRST pode ser efetuada de várias formas, nomeadamente pelo/a médico/a do trabalho responsável pela vigilância da saúde da pessoa trabalhadora e pelo/a médico/a de família do/a trabalhador/a.

II.1. a) Modelo de integração do/a Psicólogo/a Clínico e da Saúde:

Os/As psicólogos/as clínicos/as e da saúde integram o CRST da ULS, desenvolvendo um trabalho autónomo, tecnicamente independente, mas integrado no trabalho da equipa multidisciplinar do CRST. O(s)/A(s) psicólogos/as são coordenado(s) pelo/a Diretor/a /Responsável do CRST.

II.1. b) Principais atividades do/a Psicólogo/a Clínico e da Saúde no CRST:

- Realização de avaliação psicológica a pessoas trabalhadoras e diagnóstico psicológico com vista a sinalização e intervenção precoce;
- Realização de intervenção psicológica que reforce as competências intra e interindividuais na gestão dos riscos e desafios pessoais e profissionais do/a trabalhador/a no contexto laboral;
- Orientação para a facilitação do autoconhecimento do/a trabalhador/a;
- Promoção da literacia em saúde mental;
- Acompanhamento da reintegração de trabalhadores/as no local de trabalho, em articulação com os SSO da empresa/organização.

II.1. c) Proposta de rácio de Psicólogos/as Clínicos e da Saúde no CRST da ULS:

- A afetação de Psicólogo/a Clínico e da Saúde no CRST da ULS deve depender das necessidades existentes de avaliação, prevenção, intervenção e promoção da saúde,

sejam de rotina ou de emergência, durante o número de horas necessário à realização das atividades, nomeadamente as indicadas em II.1.b), no âmbito das suas funções e competências.

- Recomenda-se a elaboração de um estudo para definição, mais objetiva e fundamentada, de um rácio de Psicólogos/as Clínicos e da Saúde ancorado nas atividades indicadas em II.1.b) e nas necessidades identificadas pelos CRST das ULS.

II.2. Definição de linha de atendimento de saúde mental para o contexto laboral, integrada no CRST das ULS:

Propõe-se a constituição de uma equipa de profissionais de saúde mental que permita aconselhar e encaminhar os/as trabalhadores/as que solicitem ajuda no âmbito da saúde mental. Esta linha permitirá às pessoas trabalhadoras expressar as suas dúvidas e preocupações relativas à sua situação de saúde e ao contexto laboral, e obter informações e aconselhamentos claros de profissionais qualificados. Esta linha, eventualmente, poderá ser integrada na Linha SNS 24, já existente, desde que sejam assegurados o foco e a especialização em saúde mental no âmbito da Saúde Ocupacional.

II.2. a) Modelo de integração do Psicólogo Clínico e da Saúde na Linha de atendimento do CRST:

O/A Psicólogo/a Clínico e da Saúde integra a Equipa da Linha de atendimento do CRST, desenvolvendo um trabalho autónomo, científica e técnica e cientificamente independente, mas integrado no trabalho da equipa multidisciplinar da Linha. O(s)/A(s) psicólogos/as são coordenado(s) pelo Diretor/a Responsável do CRST.

II.2. b) Principais atividades do/a Psicólogo Clínico e da Saúde

- Intervenção psicológica em diferentes modalidades com as pessoas trabalhadoras no âmbito da saúde mental;
- Triagem e encaminhamento da pessoa trabalhadora para acompanhamento especializado do CRST, sempre que aplicável e mediante critérios/protocolo de referenciação definido previamente.

RECOMENDAÇÃO III. SERVIÇOS ASSISTENCIAIS A TRABALHADORES DO SISTEMA DE SAÚDE:

III.1. (Re)organização e reforço dos Serviços de Saúde Ocupacional (ou Serviços de Segurança e Saúde do Trabalho) do Sistema de Saúde

De acordo com a Lei n.º 102/2009, de 10 de setembro, na sua atual redação, todos os estabelecimentos do Sistema de Saúde devem organizar Serviços de Saúde Ocupacional (SSO) para as respetivas pessoas trabalhadoras.

Dadas as especificidades destes estabelecimentos e da sua organização, assim como as exigências a que os/as profissionais de saúde estão sujeitos diariamente, mostra-se essencial a

participação dos/as Psicólogo/as do Trabalho, Social e das Organizações nos SSO, sempre que considerado necessário (ex. de acordo com as situações de risco psicossocial identificadas, número de pessoas trabalhadoras, outras) pelo empregador ou pelo Diretor/a /Responsável do SSO.

III.1. a) Modelo de integração do/a Psicólogo do Trabalho, Social e das Organizações ao SSO dos estabelecimentos do Sistema de Saúde:

Os/As psicólogos/as do trabalho, social e das organizações integram o SSO, desenvolvendo um trabalho autónomo, científica e tecnicamente independente, mas integrado no trabalho da equipa multidisciplinar dos SSO. O(s)/A(s) psicólogo(s)/a(s) são coordenado(s)/a(s) pelo Diretor/a Responsável do SSO.

O papel do/a Psicólogo/a do Trabalho é diverso e complementar e, por isso, no contexto do SSO o trabalho desenvolvido por este/a profissional deve ser interdisciplinar (e.g. em articulação com médico/a e enfermeiro/a do trabalho e outros profissionais de saúde e segurança do trabalho).

III.1. b) Principais atividades do/a Psicólogo do Trabalho, Social e das Organizações no SSO dos estabelecimentos do Sistema de Saúde:

- Realização de avaliações de risco psicossocial de âmbito coletivo (nível grupal e organizacional);
- Colaboração na definição de medidas de prevenção e acompanhamento da sua implementação;
- Realização de ações de promoção da saúde mental e de bem-estar, nomeadamente através de ações de sensibilização, educação psicológica deliberada e de formação;
- Elaboração de programas de promoção da saúde mental no local de trabalho;
- Realização de intervenções que fomentem práticas de gestão e ambientes de trabalho promotores de satisfação, desenvolvimento profissional e conciliação entre a vida profissional, familiar e pessoal, assim como de culturas organizacionais justas, saudáveis e sustentáveis;
- Realização de avaliação psicológica em contexto de trabalho (e.g., competências, adaptação ao contexto de trabalho, estratégias de *coping*);
- Desenvolvimento do capital humano visando promover a adaptação da pessoa trabalhadora às suas funções e/ou à mudança e reorganização organizacional, em articulação com demais profissionais do SSO e articulação inter-serviços;
- Intervenção em gestão de crise e emergência fomentado a prontidão da organização para lidar com estes desafios, e disseminação de práticas como os primeiros socorros psicológicos.

III.2. Criação de procedimento de referenciação em saúde mental dos SSO dos estabelecimentos do Sistema de Saúde para o SNS:

Os SSO dos estabelecimentos do Sistema de Saúde procedem à referência em saúde mental para o SNS, ou seja, para os CRST das respetivas ULS, para acompanhamento especializado no âmbito da saúde mental. Assim, após a avaliação de risco psicossocial e sempre que exista uma suspeita de perturbação mental, o/a médico/a do trabalho responsável pela vigilância da saúde do trabalhador realiza esta referência para o CRST (vide II.1).

III.3. Estabelecimento de boas práticas para os estabelecimentos do Sistema de Saúde em matéria de prevenção de riscos psicossociais:

- As organizações devem recolher, regularmente e de forma sistematizada, utilizando instrumentos de avaliação dos riscos psicossociais (validados cientificamente e aferidos para a população portuguesa), informação que permita caracterizar o ambiente psicossocial, a perceção de saúde (física e mental) e o bem-estar no local de trabalho. Sempre que os SSO entendam adequado e exequível, a informação recolhida através destes instrumentos, em formato agregado e salvaguardando a confidencialidade e a proteção de dados, conforme legislação em vigor, pode ser partilhada com as pessoas trabalhadoras e utilizada, de forma participativa, para gerar medidas de promoção da segurança, saúde e bem-estar no local de trabalho;
- As organizações devem desenvolver e implementar Planos de Prevenção e Intervenção nos Riscos Psicossociais (por exemplo, ações no âmbito do stress ocupacional, violência, assédio ou conflitos; ações para a melhoria da integração psicossocial dos colaboradores, para o seu desenvolvimento profissional e pessoal ou estimulação do seu potencial criativo), como estabelecido no artigo 15.º da Lei n.º 102/2009, de 10 de setembro, na sua atual redação, devendo estes planos resultar de um diagnóstico de situação prévio mediante o resultado da avaliação de riscos psicossociais;
- As organizações devem desenvolver e implementar ações e estratégias preventivas e promocionais da saúde mental e do bem-estar no local de trabalho e medidas de apoio à parentalidade e ao equilíbrio entre a vida profissional e a vida pessoal e familiar (em alinhamento com o Programa para a Conciliação da Vida Profissional, Pessoal e Familiar – 3 em Linha – proposto pelo Governo).
- As organizações devem disponibilizar oportunidades de formação sobre riscos psicossociais, saúde e bem-estar no local de trabalho, adequadas à população trabalhadora, às condições de trabalho e às características da empresa/organização, após a realização prévia da avaliação de riscos psicossociais.

RECOMENDAÇÃO IV. ÂMBITO GERAL PARA O SISTEMA DE SAÚDE

- Assegurar o cumprimento do regime jurídico aplicável à Prevenção dos Riscos Psicossociais e à promoção do bem-estar no trabalho no sistema de saúde.
- Continuar a garantir o alinhamento dos objetivos, indicadores e metas previstas no âmbito da saúde ocupacional com as estratégias governativas que tenham impacto na promoção da saúde e bem-estar das pessoas trabalhadoras.
- Incentivar a definição, prossecução e operacionalização de estratégias integradas de promoção da saúde e do bem-estar organizacional inscritas nos instrumentos de gestão

(e.g. Plano de Atividades e Orçamento, Planos Estratégicos e/ou de Negócios) das organizações.

- Assegurar o planeamento e o financiamento próprio de todas as entidades/organismos do Sistema de Saúde para a organização dos serviços de saúde ocupacional, garantido uma efetiva avaliação e gestão dos riscos profissionais, nomeadamente dos riscos psicossociais.
- Reforçar e generalizar as boas práticas de avaliação de riscos psicossociais (a nível individual, grupal e organizacional) tal como previsto no artigo 15º da Lei 102/2009, assim como a realização dos respetivos planos de prevenção, de modo a promover condições para a redução destes riscos no contexto laboral, visando a construção de “Locais de Trabalho Saudáveis”.
- Elaborar um Referencial para a prática profissional dos/as Psicólogos/as na área da Saúde Ocupacional (ex: papéis, atribuições, competências, trabalho em serviços e equipas multidisciplinares, limites de atuação), assente nas políticas e estratégias nacionais de Saúde Ocupacional, assim como no Código Deontológico da OPP e no Estatuto da Ordem dos Psicólogos Portugueses (2023).
- Assegurar a formação e capacitação de Psicólogos/as no âmbito da sua atuação em Saúde Ocupacional e reforçar o seu conhecimento sobre os SSO, o seu funcionamento e articulação com restantes profissionais de Saúde Ocupacional, agilizando a sua integração e prática.
- Disponibilizar Linhas de Orientação para a Prática Profissional (LOPP) dos/das psicólogos/as que atuam em equipas de saúde ocupacional.
- Criar uma ferramenta tecnológica de suporte à avaliação de riscos psicossociais, a nível coletivo/ organizacional e a nível individual/ pessoa trabalhadora, que facilite aos SSO a realização destas avaliações, a definição de medidas de prevenção, a elaboração de relatórios técnicos e a referência de situações suspeitas de perturbação mental que exigem acompanhamento especializado de saúde mental, garantindo que a sua utilização é realizada por profissionais devidamente certificados para o efeito (ex. médicos/as, enfermeiros/as, psicólogos/as).
- Definir os indicadores de saúde mental em contexto ocupacional adequados, em função das metas a atingir, de modo a permitir a necessária monitorização das repostas suportados por sistemas de informação devidamente parametrizados.
- Ponderar a criação de um grupo de trabalho para acompanhar a implementação das recomendações constantes no presente documento com vista à efetivação da visão no âmbito dos cuidados de saúde ocupacional, no qual esteja assegurada a representação da Direção-Geral da Saúde através do Programa Nacional de Saúde Ocupacional, a Coordenação Nacional das Políticas de Saúde Mental, a Direção Executiva do SNS I.P., a ACSS I.P. e a SPMS E.P.E., sem prejuízo de se proceder à consulta de organismos representativos das profissões envolvidas.

PROPOSTA DE EVENTUAL AUSCULTAÇÃO

- Autoridade para as Condições do Trabalho (ACT)
- Coordenação Nacional das Políticas de Saúde Mental (CNPSM)

- Direção Executiva do Serviço Nacional de Saúde (DE-SNS)
- Secretaria de Estado do Trabalho
- Sociedade Portuguesa de Medicina do Trabalho (SPMT)

REFERÊNCIAS

Comissão Europeia (2023). Comunicação da Comissão ao Parlamento Europeu, ao Conselho, ao Comité Económico e Social Europeu e ao Comité das Regiões relativa a uma abordagem abrangente à saúde mental. Bruxelas, 7.6.2023, COM(2023) 298 final.

Jain, A., Torres, L., Teoh, K. & Leka, S. (2022). The impact of national legislation on psychosocial risks on organisational action plans, psychosocial working conditions, and employee work-related stress in Europe. *Social science & Medicine*, 1-9.

Matrix Insight: Executive Agency for Health and Consumers (2013). Economic analysis of workplace mental health promotion and mental disorder prevention programmes and of their potential contribution to EU health, social and economic policy objectives. Final Report, November 2012.

Ordem dos Psicólogos Portugueses. (2023). Avaliar, Intervir e Prevenir os Riscos Psicossociais: Práticas e Recomendações.

World Health Organization and International Labour Organization (2022). Mental health at work: policy brief. Geneva: World Health Organization and International Labour Organization.

World Health Organization (2022). WHO Guidelines on mental health at work. Geneva: World Health Organization.

Lisboa, 5 de março de 2024