

**Mestrado em Gestão de Recursos Humanos**

Mestrado, 2º Ciclo

Plano: Despacho n.º 6419/2017, de 24-07-2017

**Ficha da Unidade Curricular: Gestão de Ambientes de Trabalho Saudáveis**

ECTS: 5; Horas - Totais: 135.0, Contacto e Tipologia, T:15.0; TP:15.0;

Ano | Semestre: 1 | S2

Tipo: Obrigatória; Interação: Presencial; Código: 92998

Área Científica: Recursos Humanos

**Docente Responsável**

Ana Luísa Junça da Silva

Professor Adjunto

**Docente(s)**

Ana Luísa Junça da Silva

Professor Adjunto

**Objetivos de Aprendizagem**

Esta unidade curricular visa contribuir para o desenvolvimento de conhecimentos e competências fundamentais para a identificação das características dos ambientes de trabalho saudáveis, suas causas e consequências, formas de diagnóstico e intervenção, bem como o papel da gestão de recursos humanos.

**Objetivos de Aprendizagem (detalhado)**

Os alunos devem ficar aptos a:

- 1- Identificar as características dos ambientes de trabalho saudáveis
- 2- Identificar as características dos ambientes de trabalho não saudáveis
- 3- Descrever os modelos de bem-estar no trabalho
- 4- Identificar e caracterizar os principais conceitos associados à segurança e saúde no trabalho e ao bem-estar no trabalho
- 5- Descrever os principais modelos teóricos de referência na área;
- 6- Definir estratégias de diagnóstico, intervenção e avaliação no contexto da promoção do bem-estar no trabalho

7- Descrever o papel da gestão de recursos humanos na promoção de locais de trabalho saudáveis

ODS: 3. Saúde de qualidade. 4. Educação de qualidade. 10. Reduzir as desigualdades.

### **Conteúdos Programáticos**

Parte 1. Criar ambientes de trabalho saudáveis

Parte 2. Reconhecer o trabalho não saudável

Parte 3. Desenvolver uma cultura de saúde

Parte 4. Avaliar e promover a saúde no trabalho

### **Conteúdos Programáticos (detalhado)**

Parte 1. Criar ambientes de trabalho saudáveis

1.1 Segurança e saúde em números

1.2 Princípios e conceitos base de Segurança e Saúde no Trabalho

1.2 Os benefícios de ter trabalhadores saudáveis

1.3 Teorias sobre saúde e bem-estar individual e organizacional

Parte 2. Reconhecer o trabalho não saudável

2.1 Características de ambientes de trabalho não saudáveis

2.2 Distress e burnout

2.3 Assédio e violência no trabalho

2.4 Acidentes de trabalho e doença profissional

2.5 Outros riscos psicossociais

Parte 3. Desenvolver uma cultura de saúde

3.1 Definição de cultura saudável

3.2 Cultura e Clima

3.3 Liderança

3.4 Capital psicológico e engagement do trabalhador

3.5 Criar Ambientes de trabalho saudáveis

Parte 4. Avaliar e promover a saúde no trabalho

4.1 Avaliação: instrumentos e implementação

4.2 Programas integrados de bem-estar

4.3 Desafios associados à mudança

### **Metodologias de avaliação**

A avaliação contínua será constituída por um trabalho de grupo relativo a um dos temas do programa.

Avaliação por exame: prova escrita

### **Software utilizado em aula**

Não aplicável.

### **Estágio**

Não aplicável.

### **Bibliografia recomendada**

- Cooper, C. (2011). *Organizational Health and Wellbeing* . 1, Sage Publications.. London, England
- Gonçalves, S. e Neves, J. (2013). *Occupational Health Psychology: From burnout to well-being* . 1, Scientific & Academic Publishing. Rosemead, CA, USA
- Gonçalves, S. (2013). *Stress e bem-estar no trabalho: da definição aos modelos teóricos* . 1, Sociedade Portuguesa de Medicina do Trabalho. Lisboa

### **Coerência dos conteúdos programáticos com os objetivos**

O CP1 permite atingir os OP1 e 2.

O CP2 vai de encontro aos OP3, 4 e 5.

O CP3 permite atingir os OP6 e 7.

Para atingir os ODS 4 e 10, os CPS 1, 4, 5 e 6 são cruciais.

Para atingir o ODS3, todos os CPs são relevantes.

### **Metodologias de ensino**

1. Expositivas, para apresentação dos quadros teóricos de referência
2. Participativas, com análise e resolução de exercícios de aplicação e com análise e discussão de casos de estudo e de textos de apoio e leitura
4. Auto-estudo.

### **Coerência das metodologias de ensino com os objetivos**

A realização de casos práticos e a realização dos trabalhos de aplicação prática permitem ao discente preparar-se para uma gestão eficaz do ambiente de trabalho organizacional.

### **Língua de ensino**

Português

### **Pré-requisitos**

Não aplicável.

### **Programas Opcionais recomendados**

Não aplicável.

### **Observações**

---

**Docente responsável**

---