

**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:

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

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

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

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

Os conteúdos programáticos incidem sobre os ambientes saudáveis, e o bem-estar no trabalho e pretendem promover um maior conhecimento sobre as características dos ambientes de trabalho saudáveis e o desenvolvimento de competências para a sua implementação através de formas de diagnóstico e de intervenção.

#### **Metodologias de ensino**

Nas sessões teóricas a orientação metodológica será desenvolvida com recurso a métodos expositivo e interrogatório. Nas sessões TP serão realizadas através de dinâmicas de grupos e análise de estudos de caso.

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

Os métodos expositivo e interrogativo a par de uma elevada intervenção dos discentes, irá permitir aumentar conhecimentos e competências para tornar os ambientes de trabalho mais saudáveis.

#### **Língua de ensino**

Português

#### **Pré-requisitos**

Não aplicável.

#### **Programas Opcionais recomendados**

Não aplicável.

#### **Observações**

---

Docente responsável

Ana Luisa  
Junça Silva

Assinado de forma digital por  
Ana Luisa Junça Silva  
Dados: 2020.11.02 21:29:01 Z

