

## ENTREVISTA

O Diretor da Unidade Integrada de Saúde Mental (UISM), Capitão de Mar e Guerra (Md) LEONHARD CHRISTIAN ROSSETTI OBRECHT, natural de Recife, Pernambuco, construiu sua trajetória profissional na Marinha do Brasil aliando a carreira militar à atuação médica na área de saúde mental. Graduado em Medicina pela Fundação Técnico-Educacional SOUZA MARQUES e especializado em psiquiatria pela UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO DE JANEIRO (UFRJ), possui sólida formação profissional, experiência na área de psiquiatria e na gestão em saúde.

Ao longo de sua trajetória na Marinha do Brasil, exerceu funções de destaque na liderança e administração de organizações de saúde. Entre os principais cargos ocupados, destacam-se a direção da Policlínica Naval de São Pedro da Aldeia (PNSPA) e, na Unidade Integrada de Saúde Mental (UISM), as funções de Chefe do Departamento de Saúde, Vice-Diretor e, atualmente, Diretor da Organização Militar.

Nesta edição, o Oficial enriquece nossa revista ao compartilhar reflexões sobre saúde mental no ambiente militar, liderança, prontidão operativa e os desafios relacionados ao cuidado com o efetivo na atualidade.

**Olhando para o início de sua jornada, o que o levou a escolher a Marinha do Brasil como projeto de vida e quais eram suas principais expectativas ao cruzar os portões da instituição?**

*A escolha pela Marinha do Brasil surgiu da oportunidade de exercer a medicina dentro de uma instituição pautada por valores como disciplina, hierarquia, espírito de corpo e dedicação ao país. Ao cruzar os portões da instituição, minhas principais expectativas eram desenvolver-me não apenas como médico, mas também como militar seguindo o exemplo de meu pai que era oficial da FAB.*



*Com o tempo, especialmente na área de psiquiatria, essas expectativas se ampliaram, ao perceber a relevância do cuidado com a saúde mental no contexto militar.*

**Em sua trajetória, quais comissões ou missões o senhor considera que foram divisores de águas na formação do seu perfil como oficial e líder?**

*Ao longo da minha trajetória, destaco como divisores de águas as comissões em que assumi funções de liderança na gestão em saúde, especialmente na Policlínica Naval de São Pedro da Aldeia (PNSPA) e na Unidade*

*Integrada de Saúde Mental (UISM). Nesses períodos, desenvolvi de forma mais consistente competências como gestão de equipes multiprofissionais, tomada de decisões em cenários complexos e equilíbrio entre as demandas assistenciais e operativas.*



*Unidade Integrada de Saúde Mental (UISM), portão principal.*

**Muitas vezes associamos prontidão apenas a equipamentos e treinamento físico. Como o senhor define o papel de “higidez mental” como componente estratégico da nossa capacidade operacional?**

*Ao falar sobre higidez mental nos referimos ao estado de boa saúde psíquica, lucidez e pleno funcionamento das faculdades mentais, sem a presença de doenças/transtornos mentais. Eu acrescentaria que um militar deve desenvolver habilidades de saúde mental como a resiliência, inteligência emocional, agilidade cognitiva e, não menos importante, a capacidade de conexão com seus pares.*

*Muitos acham que inteligência emocional é não sentir emoções negativas ou simplesmente não se abater nas dificuldades. Entretanto, inteligência emocional é entender o que sentimos, avaliar bem o conteúdo dos nossos pensamentos, é conhecer a si mesmo tão bem a ponto de saber o que de fato é um gatilho emocional e já ter estratégias para quando esses gatilhos forem acionados. Buscar*

*compreender o que cada emoção quer nos dizer e buscar ações mais racionais também faz parte do processo.*

*Destaco que a forte conexão entre as pessoas é um fator muito importante para a saúde mental. Quando temos confiança uns nos outros, relação de respeito, de camaradagem, senso de propósito compartilhado e somos o suporte uns dos outros, muito provavelmente teremos pessoas com elevados níveis de saúde mental.*



**Na sua visão, de que forma o bem-estar emocional de um militar reflete diretamente na segurança das operações e na eficácia da tomada de decisão em momentos críticos?**

*Para explicar essa pergunta, coloco como exemplo uma equipe de futebol numa Copa do Mundo, que, aliás, está se aproximando. Principalmente nas fases iniciais da competição, assistimos a jogos que, em tese, as seleções mais fortes – como Brasil, Argentina, França, Espanha – deveriam ganhar de seleções ainda menos renomadas. E é isso que sempre acontece? O mesmo se dá em fases decisivas de diversos esportes – o melhor time/atleta sempre vence? E aquele jogador incrível que perde um pênalti decisivo que leva a eliminação da equipe? Se favoritismo ganhasse jogo, a disputa esportiva não teria o menor sentido. O que entra em*



cena na arena esportiva/no teatro de operações? O senso de propósito coletivo, o entusiasmo, o bom treinamento, o reconhecimento de debilidades e um plano para diminuir essa defasagem, o otimismo, a garra, a autoeficácia e o entrosamento entre os pares. Em muitos momentos, será um jogo de uma chance – e será essa chance que será aproveitada. Traduzindo: estamos falando sobre conexão, resiliência, inteligência emocional de grupo, agilidade cognitiva, autoeficácia – estamos falando de saúde mental mais uma vez.



Trazendo para o mundo militar, se temos uma tropa coesa, que crê na missão e entende a sua importância, que sabe seu papel, que tem uma liderança forte e que passa clareza, inteligência e segurança para os subordinados, que possui resiliência, garra e valores coletivos correndo nas veias, temos um diferencial muito forte.

Observe que esse é o campo de resposta da saúde mental. Ela vai facilitar a capacidade técnica – estudos, reconhecimento do inimigo, conhecimento do teatro de operações e das próprias capacidades. A experiência, o repertório adquirido e as habilidades técnicas sozinhas talvez nunca tenham sido e hoje com

certeza não são suficientes para o êxito de uma missão militar.

**O ambiente militar é pautado pela resiliência e força. Como a Marinha tem trabalhado para desmistificar a busca por apoio psicológico e combater o estigma que ainda possa cercar o tema?**

Desde 2024, o Centro Médico assistencial da Marinha (CMAM) criou o Projeto Velas Abertas. Este tem como objetivo levar temas relacionados à saúde de forma leve e com aplicabilidades práticas. Como a UISM é a casa da saúde mental na Marinha, nossos temas estão relacionados ao manejo de estresse e ansiedade, prevenção ao suicídio, jogos patológicos, dependência química e estigmas na saúde mental. Desde então já fizemos palestras para mais de 7.000 militares e estivemos em mais de 50 OM diferentes. Observamos que após o início desse projeto, aumentou o número de pessoas que buscaram triagem na Psicologia, sendo que os próprios militares comentam que foi após assistirem às palestras que eles resolveram iniciar o tratamento. A partir deste ano também pensamos em palestras que trabalhem habilidades de saúde mental como a resiliência, a segurança psicológica, o otimismo e a agilidade cognitiva. Creio que estamos num caminho muito bom e temos visto isso na prática.



UISM, instalações.

**Quais são as estratégias e programas prioritários que a MB vem adotando para que a saúde mental deixe de ser apenas reativa e passe a ser uma cultura de prevenção?**

*Além do Projeto Velas Abertas e os números expressivos que temos com essa frente de trabalho, A UISM esteve presente no Curso de Atualização para Comandantes (ATCOM) de 2024 e levamos aos alunos o tema Liderança e Saúde Mental, assim como apresentamos o funcionamento da nossa Unidade. Quanto mais chances tivermos de falar o que verdadeiramente é saúde mental e de ensinar as habilidades essenciais que geram uma vida com mais bem-estar e realizações, passaremos a ter uma cultura de saúde mental preventiva. Essa cultura para acontecer precisa de conhecimento técnico, multiplicadores voluntários e efetivo treinamento tanto nos centros de formação quanto ao longo da carreira de todo militar. Essa cultura será útil tanto na vida laboral quanto na vida pessoal de cada um. Diversos estudos já apontam que esse movimento não é utópico, é uma realidade de fato em diversas organizações.*



**Qual o papel fundamental do Comandante na identificação precoce de sinais de sofrimento em seus subordinados?**

**Como equilibrar a disciplina com acolhimento?**

*Essa é uma excelente pergunta e me é feita com frequência. Cada OM tem uma cultura organizacional e atividades únicas que podem gerar mais ansiedade ou até casos mais graves de depressão. **Entretanto nem todo adoecimento é causado pelo trabalho e pela cultura local.** Todos nós carregamos uma história de vida, com suas complexidades e desafios, e alguns episódios emocionalmente difíceis podem acontecer conosco a qualquer momento – o que pode desencadear um transtorno mental. Em ambos os casos, o Comandante, líder máximo da OM, pode proporcionar à tripulação e a ele mesmo o que chamamos de ambiente de segurança psicológica. Isso significa, em linhas gerais, que existe um compromisso com uma cultura organizacional que preza pelo respeito, pela verdade, pela coerência entre discursos e ações, pela inclusão/integração de cada militar, pelo incentivo à aprendizagem contínua e a desafios exequíveis, com autonomia monitorada, entre alguns outros elementos. **O ambiente com segurança psicológica, observe bem, não é um ambiente paternalista.** A disciplina não é colocada de lado para que esse ambiente floresça – ela é aliada! A disciplina é uma das bases fundamentais das instituições militares, juntamente com a hierarquia. O cumprimento do dever jamais poderá ser botado em xequê, e é por isso que um ambiente com verdade, respeito e coerência faz tanto sentido.*

*É justamente nesse ambiente que é propiciado pela alta liderança que será possível apoiar e acolher quem realmente está passando por problemas relacionados à saúde mental e fazer o encaminhamento correto para uma unidade de saúde da Marinha.*



**Para o militar que sente a necessidade de ajuda hoje, como o senhor descreveria a robustez da estrutura de atendimento e suporte que a marinha coloca à disposição?**

*A Marinha hoje proporciona tanto aos nossos militares quanto à família naval em geral, atendimentos de psicologia e psiquiatria em policlinicas, na nossa unidade – UISM, e em algumas clínicas conveniadas. Destaco que na nossa Unidade, o usuário do Sistema de Saúde da Marinha, não precisa de encaminhamento médico para marcar consulta de triagem na psicologia e nem consulta na psiquiatria. Também temos atendimento online, o que facilita muitas vezes nossos militares que estão fora de sede ou embarcados a conseguirem atendimento qualificado.*

*Na UISM, desde 2024, temos o Núcleo de Saúde Mental Laboral (NSML), onde nossos militares da ativa ganham atenção especial para que eles consigam ter tratamento efetivo e voltar o quanto antes ao restabelecimento de suas vidas pessoais e laborais. Recuperar nosso militar é a missão deste núcleo.*



*UISM, prédio do comando.*

**Como o senhor percebe a influência direta do clima organizacional e da saúde mental na coesão e no sucesso de uma Organização Militar (OM)?**

*O clima organizacional favorável e positivo é muito importante. Na pesquisa de clima,*

*podemos avaliar algumas dimensões importantes como relacionamentos interpessoais, equilíbrio entre vida-trabalho, reconhecimento e recompensa, relacionamento com as lideranças, ambiente e condições de trabalho entre outras. Entretanto, pode acontecer de termos uma avaliação geral boa, mas mesmo assim perceber que algo parece não funcionar adequadamente. Muitas vezes as pessoas não respondem à pesquisa com seriedade, porque não acreditam que nada mudará ou que é apenas uma perda de tempo – daí a importância da cultura organizacional forte, coerente e com verdade. Diversas ações importantes podem e devem sair de uma pesquisa de clima. Trocar experiências e ver como outras OM trabalham também é muito válido. Esse olhar cuidadoso, vai impactar de forma muito positiva na saúde mental de quem trabalha.*



*Uma OM que mostre compromisso com seus clientes externos e internos (tripulação) passa o seguinte recado: aqui se dá condições materiais e psicológicas para que o andamento das fainas seja realizado com profissionalismo e dedicação. O resultado esperado é de sucesso – pessoal e institucional, de orgulho em pertencer e de fazer o certo por uma causa maior. É nisso em*

que acredito e é por isso que, junto com minha tripulação, trabalhamos pela UISM.



**Quais os principais avanços que o senhor destaca nesta área nos últimos anos e o que ainda considera prioritário para fortalecer essa rede de cuidado na instituição?**

Creio que a quebra do estigma na saúde mental tem sido um avanço muito importante, e acho que o Projeto Velas Abertas do CMAM em parceria com a UISM tem contribuído muito para esse sucesso. A agenda de palestras já está lotada até junho e a demanda é crescente, principalmente de OM novas – ou seja, o trabalho ganhou repercussão positiva por ser verdadeiro, coerente e ético. A criação do NSML também mostra nosso cuidado, comprometimento e preocupação com nossos homens e mulheres do mar.

Acredito que o movimento agora pode ser atuar na capacitação das novas lideranças e de promover habilidades de ganho de saúde mental para o maior número possível de

militares. Não tenho dúvidas de que esse desenvolvimento vai ser o nosso grande diferencial no mundo de hoje que é tão incerto, ansioso, ambíguo, complexo e frágil.

**Que mensagem o senhor deixaria para a Família Naval sobre a importância de enxergar o autocuidado mental como um dever de prontidão e um ato de valorização da própria vida?**

O ser humano é um ser complexo: muitos nos definem como racionais, mas talvez sejamos de fato seres emocionais que pensamos (com a ênfase no “emocionais”). Quando negligenciamos o nosso autoconhecimento, muitas vezes deixamos que crenças desadaptativas tenham mais força e comandem nossa vida. Cuidar da saúde mental não é apenas focar no que nos falta, é trabalhar também nossos pontos fortes. No que sou muito bom? Em qual faina posso fazer a diferença na minha missão? Quais características minhas as pessoas mais elogiam? Se não sei responder a essas perguntas, talvez eu não me conheça e possa estar perdendo a oportunidade de ter uma vida mais plena e com sentido. Falar em saúde mental é viver, e não apenas sobreviver; é valorizar a vida e lutar por causas que tenham ancoragem com o que se acredita. A prontidão será a consequência, será o prêmio tão esperado.

---

**Autora:**

Primeiro-Tenente (S) **PRISCILA** Esteves Spagnol.