



O PAPEL ESTRATÉGICO DO NÚCLEO DE ASSISTÊNCIA SOCIAL NA PRONTIDÃO OPERACIONAL DA ESQUADRA

1. INTRODUÇÃO

A prontidão militar é sustentada por três pilares essenciais: preparo técnico, capacidade física e equilíbrio psicológico. Embora os dois primeiros sejam tradicionalmente enfatizados, o componente emocional exerce influência direta sobre a tomada de decisão, o comportamento sob pressão e a segurança das operações.

No contexto naval, especialmente em ambientes embarcados, o militar é submetido a rotinas intensas, convivência prolongada, afastamento familiar e elevado nível de responsabilidade operacional. Tais fatores exigem resiliência, estabilidade emocional e capacidade adequada de enfrentamento do estresse.

Nesse cenário, a saúde mental deve ser compreendida como elemento estratégico da prontidão militar, contribuindo para a preservação do efetivo, a segurança institucional e a continuidade das operações.

2. SAÚDE MENTAL E DESEMPENHO OPERACIONAL

A Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) evidencia que a interpretação atribuída aos eventos influencia diretamente as emoções, os comportamentos e a capacidade de resposta do indivíduo. No contexto militar, percepções

distorcidas, reações emocionais desreguladas e dificuldades de adaptação podem comprometer a avaliação de riscos, a tomada de decisão e o desempenho funcional em cenários críticos.

O preparo emocional contribui para o fortalecimento da flexibilidade cognitiva, do autocontrole e da capacidade de resolução de problemas, competências indispensáveis ao exercício do comando, à liderança de equipes e à atuação segura em operações navais.



Apoio emocional: Fortalecimento dos Vínculos Familiares.

Dessa forma, a saúde mental ultrapassa a dimensão do bem-estar individual, consolidando-se como elemento estratégico para a manutenção da prontidão operativa, da segurança institucional e da eficiência organizacional.



FATORES DE EQUILÍBRIO PSICOLÓGICO
Qualidade da Tomada de Decisão
Clareza cognitiva em situações críticas
Comunicação assertiva
Trabalho em equipe
Gestão de risco

3. O NÚCLEO DE ASSISTÊNCIA SOCIAL COMO APOIO ESTRATÉGICO

A atuação preventiva em saúde mental na Esquadra é fortalecida pelo Núcleo de Assistência Social (NAS), integrado por profissionais das áreas de Psicologia, Serviço Social e Direito, que atuam de forma integrada no apoio à tripulação.

As particularidades da carreira militar, especialmente em missões operativas, envolvem fatores como isolamento, confinamento, afastamento familiar, limitações do convívio social e longos períodos embarcados. Essas condições podem gerar impactos psicossociais relevantes, exigindo ações especializadas de acompanhamento e suporte ao militar, ao servidor civil e às suas famílias.

Nesse contexto, a atuação interdisciplinar permite compreender o militar de forma integral, conforme detalhado no quadro abaixo:

DIMENSÕES CONSIDERADAS NA AVALIAÇÃO INTEGRAL DO MILITAR
Aspectos emocionais e cognitivos
Dinâmicas familiares e sociais
Fatores organizacionais
Demandas operacionais

A Assistência Social no ambiente de missões tem por objetivo:

a) contribuir com a preparação familiar para o período de afastamento do militar e/ou servidor civil em missão;

b) apoiar o militar e/ou servidor civil e sua família durante a missão para minimizar o impacto de possíveis intercorrências que possam surgir no período; e

c) orientar as famílias quanto às suas demandas sociais, psicológicas e jurídicas ao término da missão.

Além disso, diante dos desafios emocionais e sociais inerentes às atividades operativas, torna-se fundamental desenvolver ações contínuas de prevenção, promoção e proteção da saúde mental, destacando-se a importância da atuação da Psicologia.

Eixo de Atuação	Finalidade
Educação e treinamento em saúde mental	Ampliar a conscientização e a compreensão sobre saúde mental no ambiente militar
Participação da liderança	Fortalecer o apoio institucional e reduzir estigmas relacionados ao adoecimento mental
Desenvolvimento da resiliência	Aprimorar habilidades de enfrentamento diante de fatores estressores e situações adversas
Promoção do autocuidado	Incentivar hábitos saudáveis, equilíbrio físico e emocional e prevenção do desgaste psicológico
Fortalecimento da cultura de apoio	Estimular a busca de ajuda e fortalecer ambientes organizacionais acolhedores
Acesso à rede socioassistencial	Facilitar o suporte psicológico, social e assistencial ao militar e seus familiares

Ações Estratégicas da Psicologia na Promoção da Saúde Mental em Missões Operativas.

4. MEDIDAS PREVENTIVAS EM SAÚDE MENTAL

As medidas preventivas em saúde mental visam fortalecer a estabilidade emocional, ampliar a capacidade de enfrentamento ao estresse e reduzir impactos psicossociais relacionados às atividades operativas.

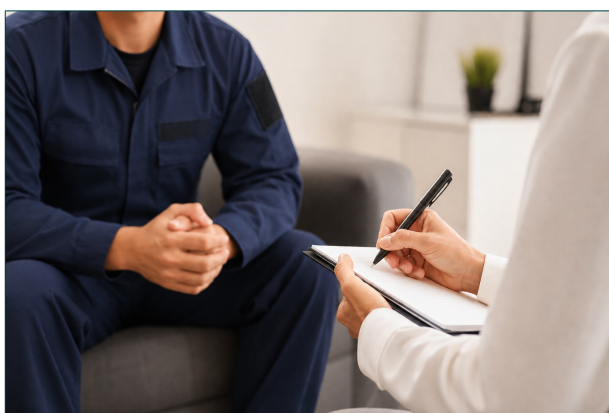


4.1 Psicoeducação e Sensibilização

- Palestras e orientações sobre saúde mental;
- Sensibilização quanto ao manejo do estresse;
- Desmistificação do atendimento psicológico; e
- Promoção de cultura de cuidado e responsabilidade emocional.

4.2 Apoio Psicossocial Individual

- Escuta qualificada e orientação breve;
- Intervenção precoce em situações de tensão emocional;
- Apoio ao militar em momentos decisórios; e
- Redução de riscos relacionados à sobrecarga psicológica.



O preparo emocional contribui para o o autocontrole e redução de impactos psicológicos.

4.3 Resultados Esperados

- Fortalecimento da resiliência emocional;
- Redução de impactos negativos sobre o desempenho operacional;
- Estímulo à busca de apoio especializado; e
- Contribuição para manutenção da prontidão operacional.

5. SAÚDE MENTAL, LIDERANÇA E COMANDO

O exercício do comando exige equilíbrio emocional, coerência comportamental e clareza na tomada de decisão. Líderes emocionalmente preparados promovem maior confiança e coesão nas equipes.

Nesse contexto, o apoio técnico do NAS contribui para:

- Identificação de fatores de risco psicossocial;
- Orientação quanto à gestão de pessoas; e
- Fortalecimento das competências sócio emocionais da tripulação.

Além disso, há previsão do instrumento de assessoramento ao Comando/Direção, com objetivo de ampliar o conhecimento sobre questões de cunho socioassistenciais envolvendo seus militares/servidores civis.

6. IMPACTO DA PREVENÇÃO EM SAÚDE MENTAL NA PRONTIDÃO DA ESQUADRA

A prevenção em saúde mental repercute diretamente sobre a eficiência operacional e a segurança das missões, contribuindo para impactos estratégicos detalhados abaixo.

IMPACTOS ESTRATÉGICOS
Redução de falhas associadas à desatenção e estresse
Melhoria do clima organizacional
Maior estabilidade nas relações interpessoais
Aumento da confiabilidade da equipe
Preservação da capacidade operativa



Investir em saúde mental representa fortalecer a prontidão, a segurança e a capacidade operativa da Esquadra.

7. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A saúde mental deve ser compreendida como dimensão estruturante da prontidão militar. A atuação preventiva e multidisciplinar do Núcleo de Assistência Social fortalece o efetivo, apoia o

comando e contribui diretamente para a eficiência operacional das missões.

A consolidação de uma cultura institucional voltada à prevenção e ao cuidado psicossocial representa medida estratégica para a preservação do efetivo e para o cumprimento seguro das missões navais.

Autora convidada:

Segundo-Tenente (RM2-T) **GABRIELA** de Oliveira Vargas de **ANDRADE**.