

|                                                                                  |                                                                          |                  |                  |                |
|----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|------------------|------------------|----------------|
|  | POLÍTICA DE GESTÃO                                                       |                  |                  |                |
|                                                                                  | REVISÃO: 03                                                              | DATA: 10/08/2026 | CÓD: POL-CAD-088 | PÁGINA: 1 de 8 |
| TÍTULO:                                                                          | POLÍTICA DE PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL DE MÉDICOS E ESTUDANTES DE MEDICINA |                  |                  |                |

## 1. Objetivo

A presente política tem como objetivo estabelecer diretrizes para que as diretorias da Afya adotem ao desenvolverem projetos ou iniciativas próprias ou em parcerias com organizações externas que promovam a saúde mental e qualidade de vida de médicos e estudantes de Medicina, pilar fundamental da causa da empresa, voltada para a promoção da saúde integral desses públicos.

## 2. Definições

**Médicos e estudantes de Medicina da Afya:** médicos (docentes), estudantes de Medicina das unidades de graduação e alunos da pós-graduação médica.

**Saúde mental:** estado de bem-estar psicológico, social e emocional, permitindo que as pessoas realizem seu potencial, enfrentem os desafios da vida, trabalhem produtivamente e contribuam para a sociedade.

**Saúde mental positiva:** engloba a promoção do bem-estar psicológico, social e emocional, incluindo recursos como resiliência, autoconhecimento, autoestima, capacidade de lidar com emoções, desenvolvimento de hábitos saudáveis, conexões sociais e a busca por sentidos na vida.

**Adoecimento mental:** é definido como um transtorno mental, caracterizado por sintomas psicológicos, comportamentais e/ou sociais que afetam significativamente a qualidade de vida e o funcionamento da pessoa.

**Estresse ocupacional:** é um estado de tensão mental, física e emocional causado por fatores relacionados ao trabalho. Os principais fatores de estresse ocupacional incluem: carga de trabalho excessiva, prazos apertados, falta de autonomia, relacionamento difícil com colegas ou superiores, falta de reconhecimento, problemas financeiros e falta de suporte da instituição empregadora.

|                                                                                  |                                                                                 |                         |                         |                       |
|----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|
|  | <b>POLÍTICA DE GESTÃO</b>                                                       |                         |                         |                       |
|                                                                                  | <b>REVISÃO:</b> 03                                                              | <b>DATA:</b> 10/08/2026 | <b>CÓD:</b> POL-CAD-088 | <b>PÁGINA:</b> 2 de 8 |
| <b>TÍTULO:</b>                                                                   | <b>POLÍTICA DE PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL DE MÉDICOS E ESTUDANTES DE MEDICINA</b> |                         |                         |                       |

### 3. Documentos vinculados

- Política de Sustentabilidade
- Guia de Mensagens
- Guia Prático de Autocuidado
- *Playbook* do projeto de causa da Afya
- Pesquisas de qualidade de vida de médicos e estudantes de Medicina
- Artigos vinculados aos “Índices Afya de Qualidade e Estilo de Vida” de médicos e estudantes de Medicina

### 4. Indicadores de monitoramento

- Nº de respondentes da pesquisa de qualidade de vida dos médicos frente à meta de número de respondentes para garantir a validade da pesquisa.
- Nº de respondentes da pesquisa de qualidade de vida dos estudantes de Medicina frente à meta de número de respondentes para garantir a validade da pesquisa.
- Outros indicadores pertinentes aos planos de ação derivados das pesquisas e índices de qualidade e estilo de vida de médicos e estudantes de Medicina mencionados neste documento.

### 5. Área Responsável

Diretoria de Sustentabilidade.

### 6. Abrangência

Esta política é aplicável a todas as áreas que interagem diretamente com médicos e/ou estudantes de Medicina da Afya na graduação e pós-graduação.

### 7. Responsabilidades

- **Diretoria de Sustentabilidade:** ser guardiã da causa, promovendo-a como parte da cultura da Afya. Adotar medidas razoáveis para disseminação e o cumprimento desta política, coordenar o monitoramento dos “Índices Afya de

|                                                                                  |                                                                          |                  |                  |                |
|----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|------------------|------------------|----------------|
|  | POLÍTICA DE GESTÃO                                                       |                  |                  |                |
|                                                                                  | REVISÃO: 03                                                              | DATA: 10/08/2026 | CÓD: POL-CAD-088 | PÁGINA: 3 de 8 |
| TÍTULO:                                                                          | POLÍTICA DE PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL DE MÉDICOS E ESTUDANTES DE MEDICINA |                  |                  |                |

Qualidade e Estilo de Vida” de médicos e estudantes de Medicina, e dos planos de ação derivados dos resultados. Revisar e atualizar a política periodicamente.

- **Research & Innovation Center:** realizar a pesquisa de qualidade de vida dos médicos, apoiar a realização da pesquisa de qualidade de vida dos estudantes de Medicina e calcular os “Índices Afya de Qualidade e Estilo de Vida” de ambos os públicos.
- **Coordenação do Núcleo de Experiência Discente (NED):** realizar a pesquisa de qualidade de vida dos estudantes de Medicina e coordenar a elaboração de protocolos referentes ao adoecimento mental nas unidades.
- **Direção das áreas corporativas, IES e unidades da Afya Educação Médica:** disseminar a causa como responsabilidade transversal de todos os colaboradores e garantir que as áreas pertinentes elaborem planos de ação para endereçar os resultados apurados pela pesquisa de qualidade de vida e pelo “Índice de Qualidade e Estilo de Vida dos Médicos e dos Estudantes de Medicina”.
- **Lideranças:** disseminar a causa da Afya para seus colaboradores, incentivando-os a proporcionar ambientes saudáveis, protetores e promotores da saúde mental para os médicos e estudantes de Medicina que atuam ou estudam na Afya.

## 8. Descrição

Esta política é fundamentada em dados provenientes de pesquisas e estudos que evidenciam a alta prevalência de adoecimento mental entre profissionais e estudantes de Medicina.

Diante do compromisso da Afya com essa questão, estabelecemos as diretrizes gerais de atuação referentes à:

- Cultura da causa de saúde integral, incluindo o pilar da saúde mental;
- Promoção de ambientes e relações saudáveis;
- Promoção da saúde mental;

|                                                                                  |                                                                                 |                         |                         |                       |
|----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|
|  | <b>POLÍTICA DE GESTÃO</b>                                                       |                         |                         |                       |
|                                                                                  | <b>REVISÃO:</b> 03                                                              | <b>DATA:</b> 10/08/2026 | <b>CÓD:</b> POL-CAD-088 | <b>PÁGINA:</b> 4 de 8 |
| <b>TÍTULO:</b>                                                                   | <b>POLÍTICA DE PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL DE MÉDICOS E ESTUDANTES DE MEDICINA</b> |                         |                         |                       |

- Monitoramento dos “Índices Afya de Qualidade e Estilo de Vida” de médicos e estudantes de Medicina; e
- Estruturação de mecanismos de acolhimento, orientação e encaminhamento de alunos e médicos em situação de sofrimento mental, sem utilização das informações para fins acadêmicos, empregatícios, disciplinares ou comerciais.

### **8.1 Cultura da causa**

A Afya se compromete a promover a saúde integral de médicos e estudantes de Medicina, tendo a saúde mental como um valor fundamental, reconhecendo a sua importância para o bem-estar e desempenho profissional e acadêmico desses públicos. Com uma atuação que considera o indivíduo, a comunidade e a causa na sociedade, a Afya direciona recursos a ações que buscam proporcionar o fortalecimento emocional. Ao viabilizar iniciativas e ferramentas que geram identificação, empatia e acolhimento, ao fomentar a elaboração de dados e evidências, e ao apoiar aqueles que já estão atuando junto ao tema, temos como objetivo consolidar os vínculos em diferentes níveis desse ecossistema.

Nesse contexto, é compromisso de todas as áreas envolvidas com médicos e estudantes de Medicina na Afya atuarem como promotoras e multiplicadoras do tema sempre que possível.

### **8.2 Promoção de ambientes e relações saudáveis**

É desejável que todos os colaboradores contribuam, sempre que possível, para um ambiente que minimize fatores de estresse e que gere bem-estar, adotando uma postura protetora da saúde mental em todas as suas interações com os médicos e estudantes de Medicina da Afya.

|                                                                                  |                                                                          |                  |                  |                |
|----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|------------------|------------------|----------------|
|  | POLÍTICA DE GESTÃO                                                       |                  |                  |                |
|                                                                                  | REVISÃO: 03                                                              | DATA: 10/08/2026 | CÓD: POL-CAD-088 | PÁGINA: 5 de 8 |
| TÍTULO:                                                                          | POLÍTICA DE PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL DE MÉDICOS E ESTUDANTES DE MEDICINA |                  |                  |                |

Incentivar uma cultura de apoio mútuo, a partir da qual todos se sintam seguros para expressar suas preocupações e buscar ajuda sem medo de estigmatização ou repercussões negativas.

Promover a comunicação aberta e a escuta ativa, criando um ambiente acolhedor e respeitoso, onde profissionais e estudantes se sintam confortáveis para expressar suas preocupações e receber apoio.

Implementar práticas e políticas que reduzam o estresse, como a instalação de espaços de descanso adequados e a viabilização de um ambiente de trabalho e estudo acolhedor e seguro.

### 8.3 Promoção da saúde mental

A saúde mental é parte fundamental para uma melhor saúde integral, proporcionada pelo equilíbrio entre o trabalho/estudo e outras áreas da vida, o que inclui tempo para lazer, descanso e atividades que dão prazer e satisfação. Nessa perspectiva, devem ser promovidas ações de comunicação, conscientização, infraestrutura, atividades e investimento, para auxiliar na conscientização sobre os temas:

- **Bem-estar físico:** manutenção de um corpo saudável por meio de alimentação equilibrada, atividade física regular, sono adequado e prevenção de doenças. Sugere-se organizar e divulgar espaços de sociabilidade, esportes, práticas integrativas e ações de lazer e cultura, como alternativas para o alívio do estresse e a promoção da saúde.
- **Relações sociais:** qualidade dos relacionamentos e apoio social. Conexões saudáveis contribuem para um senso de pertencimento e suporte. É possível realizar eventos e atividades que facilitem a realização de conexões saudáveis.
- **Saúde emocional:** capacidade de lidar com o estresse, as emoções e os desafios da vida de maneira saudável. Inclui também a promoção de um estado mental positivo, da autoestima e da resiliência. Sugere-se

|                                                                                  |                                                                                 |                         |                         |                       |
|----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|
|  | <b>POLÍTICA DE GESTÃO</b>                                                       |                         |                         |                       |
|                                                                                  | <b>REVISÃO:</b> 03                                                              | <b>DATA:</b> 10/08/2026 | <b>CÓD:</b> POL-CAD-088 | <b>PÁGINA:</b> 6 de 8 |
| <b>TÍTULO:</b>                                                                   | <b>POLÍTICA DE PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL DE MÉDICOS E ESTUDANTES DE MEDICINA</b> |                         |                         |                       |

implementar medidas para reduzir a sobrecarga de trabalho acadêmico e profissional, otimizando processos e garantindo horários de estudo e trabalho que estejam em conformidade com a legislação.

#### **8.4 Monitoramento da saúde mental**

Para o monitoramento da saúde mental, o Research and Innovation Center e o Núcleo de Experiência Discente (NED) se comprometem a aplicar periodicamente as pesquisas de “Qualidade de vida dos médicos” e “Qualidade de vida dos estudantes de Medicina”. Para a obtenção das respostas, serão usadas, respectivamente, as bases de alunos da Afya Educação Médica e de usuários das soluções digitais, e a base de alunos da Graduação em Medicina da Afya.

Os resultados refletirão os públicos alcançados pela pesquisa e não devem ser interpretados, isoladamente, como estimativas representativas de toda a população brasileira de médicos ou estudantes de Medicina, salvo quando a metodologia e a amostragem permitirem tal inferência.

A coleta e o tratamento dos dados deverão observar as diretrizes da área de Privacidade da Afya e estar em conformidade com a Lei Geral de Proteção de Dados (LGPD), especialmente quanto às hipóteses legais aplicáveis ao tratamento de dados pessoais sensíveis relacionados à saúde e à qualidade de vida. Para cada pesquisa, deverão ser avaliados previamente a finalidade, a base legal, a necessidade e a minimização dos dados coletados, bem como as medidas de transparência, segurança, controle de acesso e proteção dos titulares. Sempre que compatível com os objetivos e a metodologia do estudo, os dados deverão ser tratados de forma anonimizada ou pseudonimizada, com salvaguardas adequadas e validação das áreas de Privacidade e Governança de TI.

Dessas pesquisas, serão derivados o “Índice de Qualidade e Estilo de Vida dos Médicos” e o “Índice de Qualidade e Estilo de Vida dos Estudantes de Medicina”.

|                                                                                  |                                                                                 |                         |                         |                       |
|----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|
|  | <b>POLÍTICA DE GESTÃO</b>                                                       |                         |                         |                       |
|                                                                                  | <b>REVISÃO:</b> 03                                                              | <b>DATA:</b> 10/08/2026 | <b>CÓD:</b> POL-CAD-088 | <b>PÁGINA:</b> 7 de 8 |
| <b>TÍTULO:</b>                                                                   | <b>POLÍTICA DE PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL DE MÉDICOS E ESTUDANTES DE MEDICINA</b> |                         |                         |                       |

Ambos são índices compostos, ou seja, métricas únicas que representam informações complexas derivadas de diversas dimensões/indicadores e que servem para medir progresso e facilitar a tomada de decisões. Para esse cálculo, foi desenvolvida metodologia própria, que considera as avaliações psicométricas obtidas em três dimensões principais:

- **Qualidade de Vida Geral:** mensurada por meio do WHOQOL-Bref, com adaptação para a população de médicos. O WHOQOL-Bref é composto por 26 itens, distribuídos por quatro domínios:
  - Domínio Físico: avalia a saúde física, as capacidades funcionais e o bem-estar físico;
  - Domínio Psicológico: avalia a saúde mental, o humor, o autoconhecimento, o controle emocional e a qualidade do sono;
  - Domínio Social: avalia os relacionamentos sociais, o suporte social e a qualidade das interações sociais; e
  - Domínio Ambiental: avalia o ambiente físico e social, o acesso a recursos e a segurança pessoal.
- **Estresse Ocupacional:** avaliado por meio de itens específicos para médicos.
- **Avaliação Geral do Estilo de Vida:** composta por um conjunto de itens que verificam hábitos e comportamentos relacionados à saúde e ao bem-estar, como alimentação, atividades físicas, sono e lazer.

Os resultados das pesquisas e dos “Índices de Qualidade e Estilo de Vida”, tanto de médicos quanto de estudantes de Medicina, serão acompanhados pela equipe de Sustentabilidade, à qual cabe também coordenar sua divulgação às áreas que se relacionam com médicos e estudantes de Medicina na Afya. Essas áreas, por sua vez, devem, quando aplicável, elaborar um plano de ação para contribuir para a melhoria do cenário apresentado.

## **8.5 Acolhimento, Orientação e Encaminhamento de Pessoas em Situação de Sofrimento Mental**

|                                                                                  |                                                                                 |                         |                         |                       |
|----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|
|  | <b>POLÍTICA DE GESTÃO</b>                                                       |                         |                         |                       |
|                                                                                  | <b>REVISÃO:</b> 03                                                              | <b>DATA:</b> 10/08/2026 | <b>CÓD:</b> POL-CAD-088 | <b>PÁGINA:</b> 8 de 8 |
| <b>TÍTULO:</b>                                                                   | <b>POLÍTICA DE PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL DE MÉDICOS E ESTUDANTES DE MEDICINA</b> |                         |                         |                       |

As Instituições de Ensino Superior e as unidades Afya Educação Médica devem estabelecer protocolos para lidar com a atenção e o cuidado com as pessoas em sofrimento mental, prevenir agravos ligados à saúde mental e a atuar na prevenção em situações de agravos ligados à saúde mental e ao suicídio, proporcionando o suporte adequado e a promoção da reintegração saudável ao ambiente de trabalho/estudo. Tais protocolos devem prever encaminhamento adequado, confidencialidade, LGPD e acionamento de rede de apoio/emergência quando necessário. Isto não significa que a Afya deverá substituir atendimento médico e/ou psicológico especializado.

## **9. Referência Bibliográfica**

Não Aplicável.

## **10. Anexos**

Não Aplicável.