



MINISTÉRIO PÚBLICO FEDERAL
PROCURADORIA DA REPÚBLICA NO PARÁ

ESTUDO TÉCNICO PRELIMINAR

1. DESCRIÇÃO DA NECESSIDADE

A necessidade do evento pode ser justificada com base nos impactos negativos do uso excessivo de redes sociais na saúde mental, produtividade e qualidade de vida dos servidores, proporcionando:

- **Atualização e aprofundamento de conhecimentos:** É fundamental que os servidores se atualizem sobre os impactos do uso excessivo de redes sociais na saúde mental, compreendendo os mecanismos pelos quais a hiperconectividade contribui para o estresse, a ansiedade e outros problemas. O projeto deve abordar as melhores práticas para o uso consciente das redes sociais, apresentando estratégias eficazes de desconexão digital.
- **Desenvolvimento de competências e habilidades:** O projeto deve visar o desenvolvimento de habilidades de autoconhecimento e autoconsciência digital, permitindo que os servidores identifiquem seus próprios padrões de uso das redes sociais e reconheçam comportamentos prejudiciais. As atividades propostas devem contribuir para que os servidores desenvolvam habilidades de gestão do tempo e produtividade, aprendendo a utilizar as redes sociais de forma mais eficiente e a equilibrar o tempo dedicado ao trabalho e à vida pessoal. É importante que o projeto promova o aprendizado de técnicas de desconexão e autocuidado, como mindfulness digital, pausas estratégicas e exercícios de respiração e meditação.
- **Networking e troca de experiências:** Nesse espaço, os servidores podem compartilhar seus desafios, estratégias e aprendizados sobre

o gerenciamento do uso de redes sociais, criando uma rede de apoio mútuo. Adicionalmente, o projeto poderia ser enriquecido com a participação de especialistas em saúde mental e bem-estar digital, proporcionando aos servidores a oportunidade de interagir com profissionais experientes e ampliar seus conhecimentos sobre o tema.

- **Aplicação práticas dos conhecimentos:**

O evento sobre Qualidade de Vida de Pessoas da PR/PA atende diretamente ao interesse público, uma vez que contribuirá para:

Melhoria da saúde mental dos servidores com a redução do estresse, da ansiedade e da exaustão mental.

Aumento da produtividade e do foco no trabalho, com a diminuição das distrações e a otimização do tempo dedicado às atividades profissionais.

Melhoria da qualidade de vida, com o desenvolvimento de hábitos mais saudáveis e o estabelecimento de um melhor equilíbrio entre a vida digital e pessoal.

Criação de uma cultura de trabalho mais saudável e consciente, com a promoção do bem-estar digital e a redução da dependência excessiva das redes sociais.

2. PREVISÃO NO PLANO DE CONTRATAÇÕES ANUAL

Não existe previsão da contratação no Plano de Contratação Anual do MPF para 2024, porém a contratação alinha-se com o Plano Estratégico de Capacitação (PEC) 2024, consoante documento [OFÍCIO CIRCULAR 406/2023 ASTEC/SGP – PGR-00483751/2023](#).

3. FUNDAMENTAÇÃO E REQUISITOS DA CONTRATAÇÃO

A presente contratação encontra respaldo na legislação vigente, especialmente na Lei nº 14.133/2021 (Nova Lei de Licitações e Contratos), que em seu Art. 7º, inciso II, autoriza a contratação direta de serviços técnicos especializados, como capacitação e treinamento de pessoal. Adicionalmente, o Art. 74, inciso III, alínea "f" da mesma Lei, permite a inexigibilidade de licitação para a contratação de serviços técnicos de natureza singular, com profissionais ou empresas de notória especialização, conforme demonstrado no processo.

O contratado deverá cumprir toda a programação do curso solicitado e ministrar com eficiência o conteúdo relacionado no Plano do Curso proposto, bem como zelar pelo cumprimento das horas-aula contratadas.

4. ESTIMATIVA DAS QUANTIDADES

4.1 Demonstrado no documento [DESPACHO 17466/2024 DEP/SGP – PGR- 00412706/2024.](#)

5. LEVANTAMENTO DE MERCADO

5.1 Demonstrado no anexo do documento [PR-PA-00072606/2024.](#)

6. ESTIMATIVA DO PREÇO DA CONTRATAÇÃO

6.1 Demonstrado no anexo do documento [PR-PA-00072606/2024.](#)

7. DESCRIÇÃO DA SOLUÇÃO COMO UM TODO

7.1 Formalizar a contratação do professor e psicólogo Yuri Leandro do Carmo de Souza para ministrar o evento Desconexão Consciente: Gerenciamento do uso de Redes Sociais para uma vida saudável, a ser realizado na sede da Procuradoria da República no Pará, no dia 26 de novembro de 2024. A contratação engloba o acesso presencial e integral a todas as atividades do evento, incluindo palestras, workshops, mesas redondas, painéis de discussão e materiais didáticos disponibilizados.

7.2 Forma de execução da contratação: Indireta, em regime de empreitada por preço global.

8. DISPENSA DE ANÁLISE DE RISCOS

Natureza da Atividade: A contratação em questão visa a prestação de serviços intelectuais e de organização de evento, não envolvendo atividades com potencial de causar danos físicos, materiais ou ambientais significativos.

Baixo Risco Inerente: As atividades a serem desempenhadas pela empresa contratada, como palestras, workshops e organização logística do evento, apresentam um risco inerente baixo. Não há manipulação de substâncias perigosas, operação de máquinas ou equipamentos de grande porte, nem exposição a condições insalubres ou perigosas.

Considerando a natureza da atividade e o baixo risco inerente, justifica-se a dispensa de elaboração de análise de riscos específica para esta contratação.

9. JUSTIFICATIVA PARA PARCELAMENTO

9.1 Não se considera o parcelamento da presente contratação por tratar-se de item único.

10. DEMONSTRATIVO DOS RESULTADOS PRETENDIDOS

• **Redução dos Níveis de Estresse e Ansiedade:** O curso visa proporcionar aos servidores ferramentas para lidar com a sobrecarga de informações e as pressões do mundo digital, contribuindo para a diminuição do estresse e da ansiedade.

• **Prevenção e Mitigação de Sintomas de Esgotamento Profissional (Burnout):** Ao abordar os impactos negativos da hiperconectividade na saúde mental, o evento contribui para a prevenção do burnout, um problema crescente em diversos setores, incluindo o serviço público.

• **Melhora na Gestão do Tempo e Organização das Tarefas:** O evento "Desconexão Consciente" ensinará técnicas para otimizar o tempo dedicado às atividades profissionais, reduzindo as distrações causadas pelas redes sociais

• **Aumento da Concentração e Capacidade de Realizar Tarefas Complexas:** Ao promover a desconexão digital, o curso visa fortalecer a capacidade dos servidores de se concentrarem em suas tarefas, especialmente aquelas que exigem maior foco e atenção.

• **Desenvolvimento de Hábitos de Autocuidado e Bem-Estar:** O curso incentivará a prática de atividades offline que contribuam para o bem-estar físico e mental dos servidores, como exercícios físicos, meditação e contato com a natureza.

• **Fortalecimento das Relações Interpessoais:** Ao promover a desconexão digital, o evento busca estimular os servidores a dedicarem mais tempo à interação social presencial, fortalecendo seus vínculos com familiares, amigos e colegas de trabalho.

• **Aumento da Motivação e Engajamento dos Servidores:** Servidores mais saudáveis, focados e satisfeitos tendem a ser mais motivados e engajados em suas atividades profissionais.

• **Demonstração do Compromisso com a Saúde e Bem-estar dos Servidores:** A iniciativa de promover um evento como o "Desconexão Consciente" reforça a imagem do MPF como uma instituição que se preocupa com a qualidade de vida de seus colaboradores.

• **Aumento da Consciência sobre o Uso das Redes Sociais:** O evento visa desenvolver nos servidores a capacidade de utilizar as redes sociais de forma mais consciente e intencional, evitando o uso excessivo e compulsivo.

• **Aumento da Concentração e Capacidade de Realizar Tarefas Complexas:** Ao promover a desconexão digital, o curso visa fortalecer a capacidade dos servidores de se concentrarem em suas tarefas, especialmente aquelas que exigem maior foco e atenção.

11. PROVIDÊNCIAS PRÉVIAS AO CONTRATO

11.1 Pesquisa e Seleção do Evento:

- Identificar o evento que melhor atenda às necessidades de combater os efeitos negativos da hiperconectividade na saúde mental dos servidores e incentivar um estilo de vida mais saudável e equilibrado;
- Verificar a pertinência do tema, a qualidade e o custo-benefício da participação.
- Confirmar a disponibilidade do facilitador.

11.2 Solicitação de Autorização:

- Formalizar a solicitação de autorização anexando o Projeto Básico.
- Atender solicitação da Comissão de Saúde Mental da PR/PA e do setor responsável pela gestão de pessoas.

11.3 Verificação Orçamentária:

- Consultar o setor financeiro para verificar a disponibilidade de recursos orçamentários para cobrir os custos da inscrição, transporte, hospedagem e alimentação, se necessário.
- Solicitar a reserva dos recursos e a emissão da nota de empenho.

12. CONTRATAÇÕES CORRELATAS/INTERDEPENDENTES

Não há contratações subjacentes.

13. IMPACTOS AMBIENTAIS

A CONTRATADA deverá observar as diretrizes, critérios e procedimentos para a gestão dos resíduos da construção civil estabelecidos na Lei nº 12.305, de 2010 – Política Nacional de Resíduos Sólidos, artigos 3º e 10º da Resolução nº 307, de 05/07/2002, do Conselho Nacional de Meio Ambiente – CONAMA, e Instrução Normativa SLTI/MPOG nº 1, de 19/01/2010, bem como o Art. 45 da Lei nº 14.133/2021.

14. VIABILIDADE DA CONTRATAÇÃO

14.1. Demonstrado pelo documento [DESPACHO 17466/2024 DEP/SGP – PGR- 00412706/2024.](#)

RESPONSÁVEL

JOSÉ RICARDO SOARES DOS SANTOS – TÉCNICO DO MPU/ADMINISTRAÇÃO – COORDENADORIA DE GESTÃO DE PESSOAS DA PR/PA.

Belém, data da assinatura digital