PODER JUDICIÁRIO
TRIBUNAL REGIONAL DO TRABALHO DA 16ª REGIÃO

ESTUDO TÉCNICO PRELIMINAR

Processo nº 000007080/2026

1. INFORMAÇÕES BÁSICAS

Unidade Requisitante: Comissão do Trabalho Seguro

Responsável pela demanda: Ilka Esdra Silva Araújo

Integrante Demandante: Tatiana de Morais Lacerda – matrícula nº 536

2. DEFINIÇÃO E ESPECIFICAÇÃO DOS REQUISITOS

A contratação visa à realização da palestra intitulada “Saúde mental em movimento: estresse, cérebro e estratégias de autorregulação na rotina dos profissionais de entrega por aplicativo”, a ser ministrada por Fábia Carla de Castro Alves, representante legal da empresa FC Psicologia Desenvolvimento Humano Ltda., inscrita no CNPJ nº 57.555.868/0001-75, no dia 29 de setembro de 2026, presencialmente, no Auditório Ari Rocha, na sede do Tribunal Regional do Trabalho da 16ª Região, em São Luís/MA.

A palestra terá duração de 60 (sessenta) minutos, seguida de 30 (trinta) minutos destinados a perguntas, respostas e interação com o público, totalizando 1h30min de atividade.

2.1. Data prevista da realização: 29 de setembro de 2026.

2.2. Horário previsto: Das 8h30 às 10h.

2.3. Formato Presencial, nas dependências do Tribunal Regional do Trabalho da 16ª Região, em São Luís/MA.

2.4. Público-alvo: A atividade terá como público-alvo prioritário os profissionais de entrega por aplicativo, sem prejuízo da participação de magistrados, servidores e demais colaboradores do Tribunal Regional do Trabalho da 16ª Região, bem como estudantes e interessados das áreas de Segurança do Trabalho, Psicologia e Direito.

2.5. Conteúdo mínimo esperado: A palestra deverá abordar, de forma acessível e fundamentada, aspectos relacionados à saúde mental e ao trabalho dos profissionais de entrega por aplicativo, contemplando, entre outros:

a) efeitos do estresse sobre o cérebro e o organismo;

b) respostas de sobrevivência e funcionamento sob pressão;

c) influência do trânsito, pressão por tempo, exposição a riscos, jornadas prolongadas, instabilidade de renda e avaliações dos usuários sobre a saúde mental dos trabalhadores de entrega;

d) identificação de sinais físicos, emocionais, cognitivos e comportamentais

relacionados à sobrecarga;

e) estratégias práticas de autorregulação, incluindo respiração, técnicas de grounding e micropausas;

f) importância do sono, recuperação, estabelecimento de limites e fortalecimento da rede de apoio;

g) redução do estigma relacionado à saúde mental e estímulo à busca de apoio quando necessário.

3. DESCRIÇÃO DA NECESSIDADE DA CONTRATAÇÃO

O Tribunal Regional do Trabalho da 16ª Região, por meio da Comissão do Trabalho Seguro, desenvolve ações voltadas à promoção da saúde e segurança no trabalho, à prevenção de acidentes e doenças ocupacionais e à disseminação de informações destinadas à construção de ambientes de trabalho mais seguros e saudáveis.

Nesse contexto, mostra-se necessária a realização de atividade educativa voltada à saúde mental dos profissionais de entrega por aplicativo, categoria de trabalhadores submetida a fatores de risco relacionados à atividade laboral, tais como pressão por tempo, exposição ao trânsito, condições climáticas, riscos de acidentes, jornadas prolongadas, instabilidade de renda, necessidade de cumprimento de metas e avaliações e demais situações potencialmente geradoras de estresse.

A temática também apresenta relevância para outros segmentos do público, especialmente magistrados, servidores e colaboradores do Tribunal, bem como estudantes e profissionais das áreas de Segurança do Trabalho, Psicologia e Direito, considerando a natureza interdisciplinar das questões relacionadas à saúde mental, às condições de trabalho e aos fatores psicossociais.

A palestra proposta busca proporcionar informação qualificada e acessível sobre os efeitos do estresse, os sinais de sobrecarga e as estratégias de autorregulação e autocuidado, contribuindo para ampliar a percepção sobre a importância da saúde mental no contexto laboral e para fortalecer as ações institucionais de prevenção e promoção da saúde.

A atividade integra as ações do Programa Trabalho Seguro, contribuindo para a disseminação de conhecimentos relacionados à saúde e segurança no trabalho e para a aproximação do Tribunal com trabalhadores e com a sociedade.

A contratação de profissional com formação e experiência compatíveis com a temática mostra-se necessária para assegurar abordagem tecnicamente adequada, acessível ao público e alinhada aos objetivos da ação institucional.

4. DESCRIÇÃO DOS REQUISITOS DA CONTRATAÇÃO

Para atendimento da necessidade identificada, a solução deverá contemplar os seguintes requisitos:

a) realização de palestra presencial, no dia 29 de setembro de 2026, nas dependências do Tribunal Regional do Trabalho da 16ª Região;

b) duração de 60 (sessenta) minutos para exposição do conteúdo, acrescida de 30 (trinta) minutos destinados à interação com os participantes, perguntas e respostas;

c) abordagem do conteúdo relacionado à saúde mental, estresse, autorregulação e

condições de trabalho dos profissionais de entrega por aplicativo, conforme conteúdo apresentado na proposta;

d) utilização de linguagem acessível, considerando a diversidade do público participante;

e) preparação e adequação do conteúdo à realidade dos trabalhadores de entrega por aplicativo e aos objetivos institucionais da ação;

f) participação pessoal da palestrante Fábia Carla de Castro Alves, salvo situação excepcional devidamente justificada e previamente submetida à Administração;

g) inclusão, no valor contratado, dos custos necessários à preparação e realização da palestra e do deslocamento da palestrante, conforme proposta apresentada;

h) apresentação de documentação necessária à formalização da contratação direta e à comprovação dos requisitos de habilitação exigidos pela Administração.

A documentação apresentada identifica a empresa FC Psicologia Desenvolvimento Humano Ltda., CNPJ nº 57.555.868/0001-75, tendo Fábia Carla de Castro Alves como sua representante legal.

A empresa declarou, ainda, não possuir empregados registrados em seu quadro funcional.

5. LEVANTAMENTO DE MERCADO

Para identificação da solução adequada ao atendimento da necessidade, considerou-se a possibilidade de realização da atividade por profissional com experiência e qualificação compatíveis com o tema proposto, mediante contratação direta, observada a hipótese legal aplicável.

A solução escolhida consiste na contratação de pessoa jurídica especializada para a realização de palestra presencial, com conteúdo previamente definido e adequado ao público da ação.

A profissional indicada, Fábia Carla de Castro Alves, possui formação e experiência profissional relacionadas às áreas de desenvolvimento humano, gestão de pessoas, saúde mental e desenvolvimento profissional, conforme currículo apresentado no processo.

A empresa contratada possui, ainda, histórico recente de prestação de serviços de treinamento e desenvolvimento profissional, conforme demonstram as notas fiscais anexadas aos autos.

A NFS-e nº 39, emitida em 30/05/2026, registra a prestação de treinamento em desenvolvimento gerencial, com carga horária de 16 horas/aula, pelo valor de R$ 4.800,00.

A NFS-e nº 10, emitida em 20/06/2026, registra a prestação de curso relacionado ao desenvolvimento de times e talentos, com carga horária de 20 horas/aula, pelo valor de R$ 6.000,00.

A NFS-e nº 15, emitida em 25/06/2026, registra a prestação de curso relacionado à carreira, com carga horária de 8 horas/aula, pelo valor de R$ 2.400,00.

Os documentos apresentados demonstram, portanto, a existência de histórico recente de prestação de serviços de treinamento e desenvolvimento profissional pela empresa, constituindo elementos para análise da compatibilidade do valor proposto com os preços anteriormente praticados pela contratada.

6. DESCRIÇÃO DA SOLUÇÃO COMO UM TODO

A solução consiste na contratação da empresa FC Psicologia Desenvolvimento Humano Ltda. – CNPJ nº 57.555.868/0001-75, para realização de palestra presencial a ser ministrada por Fábia Carla de Castro Alves, com o tema “Saúde mental em movimento: estresse, cérebro e estratégias de autorregulação na rotina dos profissionais de entrega por aplicativo”.

A prestação compreenderá:

a) preparação do conteúdo da palestra;

b) adequação da abordagem ao público e aos objetivos institucionais do evento;

c) realização presencial da palestra, com duração de 60 (sessenta) minutos;

d) participação da palestrante em momento posterior de 30 (trinta) minutos destinado a perguntas, respostas e interação com os participantes;

e) deslocamento da palestrante até o local da realização do evento;

f) demais providências diretamente relacionadas à execução do serviço, conforme proposta apresentada.

A infraestrutura necessária à realização do evento, incluindo espaço físico e equipamentos audiovisuais, será providenciada pelo Tribunal Regional do Trabalho da 16ª Região.

7. ESTIMATIVA DAS QUANTIDADES A SEREM CONTRATADAS

Será contratado:

01 (um) serviço de palestra presencial, com duração de 60 (sessenta) minutos, acrescida de 30 (trinta) minutos para interação com o público, sobre o tema “Saúde mental em movimento: estresse, cérebro e estratégias de autorregulação na rotina dos profissionais de entrega por aplicativo”.

A contratação em quantidade unitária decorre da natureza pontual do objeto, destinado à realização de evento específico, em data previamente definida.

8. ESTIMATIVA DO VALOR DA CONTRATAÇÃO

O valor proposto para a contratação é de R$ 3.000,00 (três mil reais).

O valor compreende a preparação do conteúdo, realização da palestra e os custos necessários ao deslocamento da palestrante, conforme proposta apresentada.

Para fins de análise da compatibilidade econômica da contratação, foram consideradas, entre outras, as notas fiscais emitidas pela própria empresa no exercício de 2026, referentes a serviços de treinamento e desenvolvimento profissional.

A NFS-e nº 39 registra serviço de treinamento em desenvolvimento gerencial no valor de R$ 4.800,00 para 16 horas/aula, correspondendo a R$ 300,00 por hora/aula.

A NFS-e nº 10 registra serviço de treinamento no valor de R$ 6.000,00 para 20 horas/aula, também correspondendo a R$ 300,00 por hora/aula.

A NFS-e nº 15 registra serviço de treinamento no valor de R$ 2.400,00 para 8 horas/aula, igualmente correspondente a R$ 300,00 por hora/aula.

Considerando que os serviços documentados possuem natureza relacionada a

treinamento, desenvolvimento profissional e capacitação, as referidas notas fiscais constituem elementos de referência para a análise da razoabilidade do valor proposto.

Registra-se, contudo, que os serviços constantes das notas fiscais possuem cargas horárias e características próprias, razão pela qual sua utilização se dá como elemento de comparação e referência, e não como serviços idênticos ao objeto desta contratação.

A justificativa específica da escolha da contratada e a demonstração da compatibilidade do preço deverão integrar a instrução da contratação direta, nos termos da legislação aplicável.

A despesa decorrente da presente contratação será custeada com recursos orçamentários destinados ao Programa Trabalho Seguro, no âmbito do Projeto "Conversas Seguras", observada a disponibilidade orçamentária e financeira.

9. JUSTIFICATIVA PARA O PARCELAMENTO OU NÃO DA CONTRATAÇÃO

O parcelamento não se aplica ao presente objeto.

Trata-se de serviço de natureza pontual e indivisível, cuja execução está vinculada à realização de uma palestra específica, em data, horário e local previamente definidos.

A prestação será realizada em parcela única, com resultado imediato após a conclusão da atividade.

10. CONTRATAÇÕES CORRELATAS E/OU INTERDEPENDENTES

Não foram identificadas contratações correlatas ou interdependentes indispensáveis à execução do objeto.

A infraestrutura física e os equipamentos necessários à realização da palestra serão disponibilizados pelo próprio Tribunal Regional do Trabalho da 16ª Região, no local do evento.

11. ALINHAMENTO ENTRE A CONTRATAÇÃO E O PLANEJAMENTO

A contratação está alinhada às ações desenvolvidas pelo Programa Trabalho Seguro, especialmente às iniciativas de promoção da saúde e segurança no trabalho, prevenção de riscos ocupacionais e disseminação de conhecimentos relacionados às condições de trabalho.

A atividade também se relaciona ao Planejamento Estratégico Institucional do Tribunal Regional do Trabalho da 16ª Região, especialmente ao objetivo estratégico relacionado à promoção do trabalho decente e da sustentabilidade.

A realização da palestra contribui, ainda, para a aproximação institucional com trabalhadores, servidores, magistrados, estudantes e demais integrantes da sociedade, ampliando o alcance das ações educativas desenvolvidas pelo Tribunal no âmbito da saúde e segurança do trabalho.

12. RESULTADOS PRETENDIDOS/BENEFÍCIOS A SEREM ALCANÇADOS COM A CONTRATAÇÃO

Com a realização da palestra, pretende-se:

a) ampliar o conhecimento dos participantes sobre os efeitos do estresse na saúde mental e no funcionamento do organismo;

b) sensibilizar os profissionais de entrega por aplicativo para a importância da identificação de sinais de sobrecarga física, emocional e cognitiva;

c) disseminar estratégias práticas de autorregulação e autocuidado aplicáveis à rotina de trabalho;

d) contribuir para a prevenção e o enfrentamento de fatores relacionados aos riscos psicossociais no trabalho;

e) estimular a busca por apoio e o fortalecimento das redes de suporte;

f) promover a reflexão sobre saúde mental e condições de trabalho;

g) fortalecer as ações educativas desenvolvidas pelo Programa Trabalho Seguro;

h) ampliar o diálogo entre o Tribunal Regional do Trabalho, trabalhadores e sociedade sobre saúde e segurança no trabalho;

i) contribuir para a disseminação de conhecimentos entre magistrados, servidores, estudantes e demais participantes interessados na temática.

13. PROVIDÊNCIAS PREVIAMENTE À CELEBRAÇÃO DO CONTRATO

Previamente à formalização da contratação, deverão ser adotadas as providências administrativas necessárias à adequada instrução processual, incluindo:

a) análise da proposta comercial apresentada;

b) comprovação da compatibilidade do preço;

c) análise da documentação relativa à qualificação da empresa e da palestrante;

d) verificação da regularidade fiscal, trabalhista e demais documentos exigíveis;

e) comprovação da disponibilidade orçamentária;

f) formalização da contratação direta, observada a hipótese legal aplicável;

g) confirmação da data, horário e local da palestra;

h) organização da infraestrutura necessária à realização do evento, incluindo espaço físico, equipamentos de som e projeção, quando necessários;

i) divulgação e organização das inscrições e participação do público, conforme planejamento do evento.

14. POSSÍVEIS IMPACTOS AMBIENTAIS

Considerando a natureza predominantemente intelectual e pontual do objeto, não se identificam impactos ambientais relevantes diretamente decorrentes da execução da contratação.

Como medida de sustentabilidade, sempre que possível, deverão ser priorizados meios digitais para divulgação, inscrição, disponibilização de materiais e comunicação relacionada ao evento, reduzindo-se o uso desnecessário de materiais impressos.

15. MAPA DE RISCOS

Foram identificados os seguintes riscos relacionados à contratação:

Risco 1 – Impossibilidade de comparecimento da palestrante

Probabilidade: **Baixa.**

Impacto: **Alto.**

Medida preventiva: confirmação prévia da participação da palestrante e manutenção de comunicação com a contratada até a realização do evento.

Medida de contingência: avaliação pela Administração quanto à possibilidade de remarcação da atividade ou adoção de solução excepcional compatível com o objeto e com a contratação formalizada.

Risco 2 – Alteração ou cancelamento da data do evento

Probabilidade: **Baixa.**

Impacto: **Médio**.

Medida preventiva: confirmação antecipada da programação e comunicação formal à contratada.

Medida de contingência: negociação de nova data, observadas as condições da contratação.

Risco 3 – Problemas técnicos no local da palestra

Probabilidade: **Média.**

Impacto: **Médio.**

Medida preventiva: verificação prévia do auditório e dos equipamentos necessários à apresentação.

Medida de contingência: disponibilização de equipamentos alternativos ou adoção de solução técnica compatível com a infraestrutura disponível.

Risco 4 – Inadequação do conteúdo às características do público

Probabilidade: **Baixa.**

Impacto: **Médio.**

Medida preventiva: alinhamento prévio entre a contratada e a equipe responsável pelo evento quanto ao tema, público e objetivos da atividade.

Medida de contingência: realização de ajustes pontuais na abordagem e na dinâmica da apresentação, quando tecnicamente cabíveis.

Risco 5 – Atraso na formalização da contratação

Probabilidade: **Média.**

Impacto: **Alto.**

Medida preventiva: adoção antecipada das providências necessárias à instrução processual e à formalização da contratação.

Medida de contingência: priorização das etapas administrativas pendentes, observada a legislação aplicável.

16. POSICIONAMENTO CONCLUSIVO/DECLARAÇÃO DE VIABILIDADE

Diante das informações levantadas, conclui-se pela viabilidade da contratação de empresa especializada para a realização da palestra “Saúde mental em movimento: estresse, cérebro e estratégias de autorregulação na rotina dos profissionais de entrega por aplicativo”, a ser ministrada por Fábia Carla de Castro Alves, no dia 29 de setembro de 2026, nas dependências do Tribunal Regional do Trabalho da 16ª Região.

A solução proposta atende à necessidade identificada, apresenta quantitativo compatível com a demanda e possui valor estimado de R$ 3.000,00 (três mil reais).

A contratação mostra-se adequada aos objetivos das ações desenvolvidas pelo Programa Trabalho Seguro, especialmente quanto à disseminação de conhecimentos relacionados à saúde mental, à prevenção de riscos psicossociais e à promoção de condições de trabalho mais seguras e saudáveis.

A definição da modalidade de contratação direta e o respectivo enquadramento jurídico deverão observar os requisitos estabelecidos na Lei nº 14.133/2021 e demais normas aplicáveis, com a devida demonstração da escolha da contratada e da compatibilidade do preço.

Dessa forma, declara-se viável a contratação, condicionada ao regular prosseguimento da instrução processual.

Documento assinado eletronicamente por **TATIANA DE MORAIS LACERDA**, **TÉCNICA JUDICIÁRIA**, em 20/09/2026, às 16:21, conforme art. 1º, III, "b", da Lei 11.419/2006.

A autenticidade do documento pode ser conferida no site Autenticar Documentos informando o código verificador **1335538** e o código CRC **3CB7A687**.