



UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA
PRÓ-REITORIA DE GESTÃO DE PESSOAS
COORDENAÇÃO DE DESENVOLVIMENTO DE PESSOAS
DIVISÃO DE EDUCAÇÃO E CAPACITAÇÃO PROFISSIONAL

EDITAL Nº 04/2026

A Pró-Reitoria de Gestão de Pessoas, por meio da Coordenação de Desenvolvimento de Pessoas - CDP, Divisão de Educação e Capacitação Profissional - DECP, no uso de suas atribuições, conforme o Plano de Desenvolvimento de Pessoas - Exercício 2026 (linhas 27 - 30 - 49) e o Decreto 9.991, de 28 de agosto de 2019, torna pública a abertura das inscrições no curso **“ESTRESSE NO TRABALHO, DA PREVENÇÃO À SOLUÇÃO”**, na modalidade **híbrida**, oferecendo **100 vagas** destinadas aos servidores da UFPB, com início previsto para o dia **18 de maio de 2026** e término para o dia **12 de junho de 2026**, com carga horária de **40h**.

A carga horária total de 40 horas será distribuída da seguinte forma:

- **8 horas** destinadas a encontros presenciais;
- **4 horas** destinadas a encontros síncronos online;
- **28 horas** dedicadas a atividades assíncronas, desenvolvidas e acompanhadas por meio da plataforma de Ensino a Distância – *Moodle* PROGEP.

Cronograma das atividades síncronas:

- **18/05, 25/05, 01/06, e 08/06** - Encontros presenciais no auditório da Superintendência de Educação a Distância da UFPB (SEAD), das **14h30 às 16h30**;
- **20/05, 27/05, 03/06, e 10/06** - Aula remota na plataforma *Google Meet*, das **19h às 20h** - O *link* será disponibilizado no início do curso.

1. Das disposições preliminares:

1.1 O curso **“ESTRESSE NO TRABALHO, DA PREVENÇÃO À SOLUÇÃO”** tem como objetivo capacitar o servidor no gerenciamento do estresse e das suas emoções, prevenindo o burnout e promovendo bem-estar e melhoria do seu desempenho e qualidade de vida.

1.2 O curso terá os seguintes conteúdos programáticos:

- Educação Emocional: Os impactos das emoções no ambiente de trabalho;
- Ferramentas de gerenciamento de estresse - tanto para prevenir o esgotamento quanto para auxiliar na recuperação do burnout;
- Nosso setor emocional: Avaliação e gerenciamento de estados emocionais;
- A Fisiologia do esgotamento: O vício emocional do estresse;
- Softwares Mentais: Como desinstalar o que gera estresse e instalar leveza e segurança.

1.3 Público-alvo: Servidores técnico-administrativos e docentes da UFPB.

1.4 Número de vagas disponíveis: **100**.

2. Das inscrições:

2.1 As inscrições dar-se-ão por formulário on-line existente no SIGRH <https://sistemas.ufpb.br/sigrh> - Menu Servidor > Capacitação > Inscrições > Realizar Inscrição, das 9h do dia **06/05/2026** até 23h59min do dia **12/05/2026** ou até encerramento do número de vagas disponíveis descrito no item 1.4.

2.2 Considerando a possibilidade do uso de ferramentas das redes sociais durante o curso, é imprescindível que os interessados atualizem o número do celular no sistema do SIGRH no Menu Servidor > Serviços > Atualizar dados pessoais > Atualizar endereço > E-mail > Celular.

2.3 A inscrição do servidor na ação de desenvolvimento da PROGEP pressupõe o pleno conhecimento e a aceitação tácita das normas e condições estabelecidas neste Edital, não sendo possível alegar desconhecimento das mesmas.

3. Da homologação:

3.1 A DECP procederá à homologação dos pedidos de inscrição após análise dos seguintes itens:

3.1.1 A ordem de inscrição estabelecida no item 2.1 deste edital;

3.1.2 O público-alvo definido do item 1.3.

3.2 O candidato que não atender aos pré-requisitos na ordem estabelecida neste título terá sua inscrição indeferida;

3.3 Os servidores com inscrições homologadas serão notificados por e-mail.

3.4 O resultado da homologação da inscrição no curso será enviado por e-mail ao servidor, no dia **13/05/2026**.

4. Da Certificação:

4.1 A certificação somente será concedida ao participante que cumprir com assiduidade de no mínimo 75% da carga horária total do curso e que obtiver média 7,0 (sete) na avaliação.

4.1.1. As faltas e/ou presenças serão computadas considerando o total de horas/aulas ministradas.

4.2. Os certificados estarão disponíveis no SIGRH, em até 8 dias após a conclusão do curso.

4.2.1 O servidor deverá acessar ao SIGRH no menu servidor > aba capacitação > turmas > avaliação de reação. Após a avaliação de reação o servidor deverá retornar a aba capacitação > certificado > solicitar certificado > selecionar **apenas** tipo de certificado (curso/módulo/instrutor) > selecionar o certificado desejado, concordando com o aviso expresso

> selecionar desenvolvimento profissional > clicar em solicitar certificado e aguardar a autorização e liberação da DECP.

4.2.2 Após autorizado e liberado pela DECP, o servidor deverá acessar ao SIGRH no menu servidor > aba capacitação > certificados disponíveis e imprimir o certificado desejado.

5. Das desistências e abandonos:

5.1 O servidor inscrito que por motivo de força maior estiver impossibilitado de participar do curso deverá cancelar sua inscrição no SIGRH, acessando o **Menu Capacitação > Inscrições > Inscrições realizadas > Cancelar inscrição**.

5.2. Caso o servidor abandone o curso sem a devida justificativa, a DECP comunicará à chefia imediata, bem como levará o fato em consideração quando da seleção para outros eventos.

6. Das disposições finais:

6.1. A inscrição do servidor na ação de desenvolvimento da PROGEP pressupõe o pleno conhecimento e a aceitação tácita das normas e condições estabelecidas neste Edital, não sendo possível alegar desconhecimento das mesmas.

6.2. Ao final do curso os participantes avaliarão itens no que se refere ao instrutor, ao conteúdo programático e a coordenação do curso, por meio de formulários disponibilizados no SIGRH através da **avaliação de reação**.

6.3 Os casos omissos serão resolvidos pela PROGEP/CDP/DECP.

João Pessoa, 30 de abril de 2026.

Mirella Rocha Ribeiro Pinto
Pró-Reitora de Gestão de Pessoas