



GUIA

Saúde Mental e Desastres

Departamento de Perícia Médica e Saúde do Trabalhador
Núcleo QVT / Promoção à Saúde do Servidor

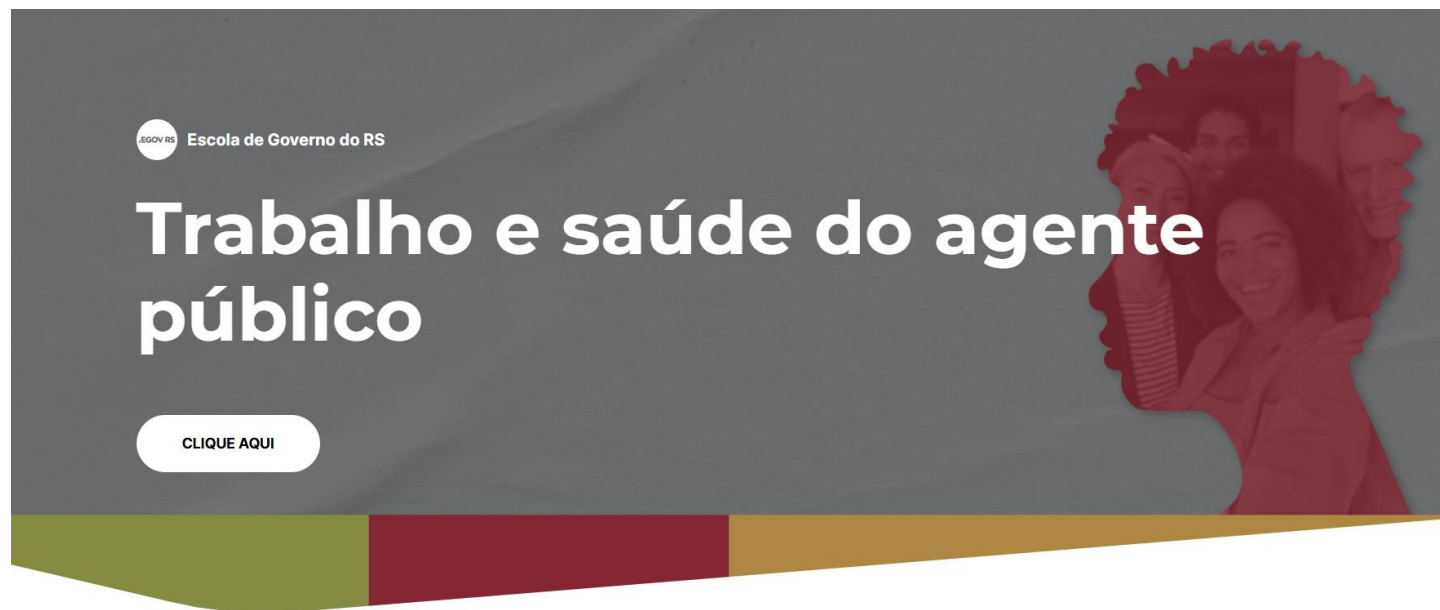
Experiências e vivências em situações de desastres e seus efeitos na saúde mental

- Algumas reações são esperadas logo após o desastre;
- Principais reações de luto pós-desastre;
- Transtornos mentais e as reações físicas e emocionais;
- Recursos de apoio, ajudar o outro e as estratégias de autocuidado.

As vivências e reações frente aos desastres variam conforme o suporte oferecido no momento do evento e da capacidade de enfrentamento de cada pessoa. Se as estratégias que você está adotando não estão sendo suficientes, não hesite em buscar ajuda especializada.



Curso de promoção à saúde no trabalho



- Inscrições: 01 a 13 de outubro de 2024.
- Período do curso: 14/10/2024 a 14/11/2024.
- Vagas: 100
- Carga horária: 4 horas
- Aulas assíncronas

O curso tem seis módulos com assuntos interrelacionados sobre o mundo do trabalho, liderança, qualidade de vida no trabalho, promoção à saúde e segurança psicológica

O trabalho é parte integrante da identidade do indivíduo e, portanto, essencial para sua saúde. Da mesma forma que o trabalho pode promover saúde, caso ele não seja seguro psicologicamente, pode ser fonte de mal-estar e contribuir de forma significativa para o adoecimento físico ou mental.

Bom curso!

