

Ficha descritiva de workshop

17 de abril de 2024

Tema (com relevância para enfermagem do trabalho e/ou saúde ocupacional)	Gestão do stress e estratégias de coping no trabalho dos Enfermeiros
Título (apelativo ao tema)	Gestão do stress e estratégias de coping no trabalho dos Enfermeiros
Dinamizador(s) (máximo 3) (nome, categoria, instituição)	Elisabete Borges Cristina Queirós Professora Coordenadora Professora Associada ESEP FPCEUP
Duração (nº horas)	2 horas
Horário	9-11 horas
Tipo de apresentação	à distância
<p>Objetivos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sensibilizar para a importância do estudo do burnout e outras dimensões do estado psicológico e da saúde mental (ex.: stress pós-traumático, depressão, ansiedade) associados à pandemia COVID-19, quer em profissionais de saúde quer nouro tipo de profissões. - Descrever algumas estratégias de prevenção do burnout e de promoção da saúde mental. - Descrever a importância da monitorização regular. - Demonstrar a plataforma SOMSII Innovation & Research – Flexsaúde para monitorização de variáveis psicológicas e instrumentos de medição. 	
<p>Breve descrição - Programa de conteúdos:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Saúde Mental no trabalho: perspetivas e importância na era COVID-19, em profissionais de saúde e noutras profissões da linha da frente. 2. Burnout: definições, investigação, relação com stress pós-traumático, ansiedade e depressão; depressão pelo trabalho. 3. Estratégias de prevenção do burnout e de promoção da saúde mental. 4. Monitorização: apresentação e reflexão crítica sobre instrumentos mais utilizados (ex: MBI, OLBI, BAT, ODI, PHQ, HADS, WBQ, etc.) e demonstração da plataforma SOMSII Innovation & Research – Flexsaúde utilizada em estudos de saúde ocupacional desenvolvidos no LabRP-FPCEUP. 5. Contributos para a Saúde Ocupacional e para a Enfermagem do Trabalho. 6. Reflexão final e dúvidas 	

Organizadores: