

Ficha descritiva de workshop

| | |
|---|---|
| Tema (com relevância para enfermagem do trabalho e/ou saúde ocupacional) | Burnout e saúde mental no trabalho para profissionais de saúde ou outras profissões |
| Título (apelativo ao tema) | Estratégias de prevenção do burnout e saúde mental no trabalho na era COVID-19 |
| Moderador(s) (máximo 2) (nome, categoria, instituição) | Cristina Queirós (FPCEUP) & Elisabete Borges (ESEP) |
| Duração (nº horas) | 4h |
| Horário (9-13/14-17) | 14-17 |
| Tipo de apresentação (Presencial/ à Distância via zoom) | zoom |
| Objetivos <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. | |
| Breve descrição – programa de conteúdos predominantemente expositivos <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 | |