Nast compartilha experiências em saúde do trabalhador com profissionais da Uesb

Date : 05-09-2023

A convite da Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (Uesb), a equipe multiprofissional do Núcleo de Atenção à Saúde do Trabalhador (Nast) participou da roda de conversa “Saúde e Trabalho”, promovida na manhã desta terça-feira (5) pelo Núcleo de Atenção Integral ao Servidor (Nais).

Na ocasião, os profissionais do Nast compartilharam as experiências exitosas e os impactos positivos na saúde dos servidores municipais, inclusive com a redução dos níveis de estresse daqueles que participaram dos grupos terapêuticos em mindfulness, técnica que ensina a focar no presente, sem as expectativas do futuro ou as dificuldades do passado, com a ajuda da respiração.

Para a psicóloga do Nast, Leila Lopes, o convite é reflexo do trabalho desenvolvido pelo núcleo. “É muito importante contribuirmos com outras instituições dialogando em rodas de conversa sobre os principais adoecimentos que acometem o trabalhador, as intervenções e o modo como o Nast vem atuando com a atenção plena”, mencionou.

A gerente do Nais, Jaqueline Barreto, agradeceu ao Governo Municipal pela parceria na discussão de importantes temáticas e realização de ações que visam o bem estar e a qualidade de vida do trabalhador. “Esse é um momento importante de debate com outras pessoas que vivem esses problemas, trazem para a discussão e buscam alternativas para um ambiente de trabalho mais sadio”, completou.

Equipe do Nast: Leila Lopes, Taís Nogueira e Ernandes Mendonça

Equipe do Nais: Jaqueline Barreto, Paty Luz e Romildo Chaves

Segundo a enfermeira do Nais, Paty Luz, "é necessário trazer pessoas que já lidam com essas temáticas para nos trazer experiências e o Nast é composto por uma equipe multiprofissional, dona de uma completude para trazer determinados aspectos de como trabalhar essa questão da saúde mental", concluiu.