Profissionais de saúde do Hospital Esaú Matos têm momento de interação com a natureza visando o bem estar mental

Date : 27-05-2022

A rotina de um profissional de saúde que atua na área hospitalar pode envolver horas e horas de trabalho para manter a saúde e bem-estar do paciente, ainda mais, quando se trata dos primeiros dias de vida de um recém-nascido. Por isso que, às vezes, uma pausa é necessária para viver um momento diferente, de autocuidado.

Momento como o desta sexta-feira (27), quando cerca de 20 profissionais que atuam na Unidade de Terapia Intensiva Neonatal (UTIN) do Hospital Municipal Esaú Matos fizeram uma caminhada e atividades lúdicas na Reserva Florestal do Poço Escuro, como parte do projeto intitulado Oxigen-ação.

Como explicou a responsável pelo setor de Práticas Integrativas do hospital, Isaura Barbosa, o projeto tem o objetivo de promover a interação entre as equipes com a conexão total do corpo, mente e natureza, por meio de práticas saudáveis e integrativas. “Além disso, este foi também um momento de reforçar o cuidado com a preservação do meio ambiente”, destacou Isaura.

Alda Nery

Jeoara França

Isaura Barbosa

“O ambiente de UTI é um ambiente de vida, mas sabemos que, por vezes, todos nós passamos por situações que mexem com nosso emocional. Então, fez-se necessário pensar esse projeto para que tivéssemos um pouco da liberdade e do ar puro que a natureza proporciona. Acho que todos estão saindo daqui hoje cheios de vida”, salientou a coordenadora de Enfermagem, Alda Nery.

Uma das profissionais que finalizou a atividade com a sensação de energia renovada foi a fisioterapeuta Jeoara França. “Este foi um momento necessário, diante de tudo o que a gente tem passado por conta da pandemia, principalmente, nós que trabalhamos em hospitais. Foi um momento relaxante, de desestressar, respirar ar puro, se conectar com a natureza, de autocuidado e de estreitar os laços com os colegas. Gostei bastante”, assegurou.

Este foi o 1º Encontro Multiprofissional da UTIN do Hospital Municipal Esaú Matos. A ideia é que novas edições sejam realizadas.