Três projetos de saúde do servidor serão apresentados pela Prefeitura em congresso internacional

Date : 17-05-2023

A Prefeitura de Vitória da Conquista tem buscado ferramentas para desenvolver a política de valorização do servidor público, com atenção voltada inclusive à sua saúde e qualidade de vida. Três projetos nessa área, que implantaram práticas inéditas no serviço público municipal, serão apresentadas no 23º Congresso de Stress da Associação Internacional de Gerenciamento de Estresse (Isma), de 20 a 22 de junho, em Porto Alegre (RS).

Segundo grupo terapêutico “Mulheres de Fibra"

A Isma é uma organização internacional, sem fins lucrativos, dedicada à pesquisa e ao desenvolvimento do tratamento e da prevenção do estresse em todo o mundo. O Congresso será focado na saúde dos trabalhadores no ambiente corporativo, especialmente no período pós-pandemia, e reunirá profissionais para abordar o assunto e apresentação de boas práticas na área, tanto no setor público quanto no privado.

Três projetos da Prefeitura de Vitória da Conquista foram aprovados para integrar esse leque, em reconhecimento à efetividade das propostas. Um deles é o “GiNast: Corpo e Mente”, que implantou a prática da ginástica laboral para os servidores. Três vezes por semana, duas educadoras físicas visitam os órgãos da administração municipal para operar os exercícios de alongamento, relaxamento, mobilidade articular, fortalecimento muscular, massagem, exercícios de respiração e dinâmicas em grupo.

Terceira turma do grupo terapêutico de Atenção Plena “Vivência em Mindfulness”

GiNast

A segunda iniciativa é o grupo terapêutico “Vivência em Mindfulness - Atenção Plena”, focado na saúde mental dos trabalhadores. A terapia é ministrada por dois psicólogos, que trabalham técnicas de meditação e respiração para ajudar os participantes a lidarem com episódios cotidianos de estresse, ansiedade e depressão. Três turmas já foram beneficiadas pela ação.

Por fim, o grupo terapêutico “Mulheres de Fibra: Diálogos, Estratégias e Intervenção no Contexto da Fibromialgia” também será destaque no Congresso. O projeto foi realizado em duas edições, com o objetivo de promover suporte psicoterápico, dicas sobre autocuidado e troca de experiências para auxiliar as servidoras municipais que convivem com a fibromialgia a terem mais qualidade de vida.

As três iniciativas são do Núcleo de Atenção à Saúde do Trabalhador (Nast), órgão criado pela prefeita Sheila Lemos no ano passado, vinculado à Secretaria Municipal de Gestão e Inovação (Semgi). Os projetos são fruto da Lei nº 2.717/22, sancionada no último mês de dezembro pela prefeita Sheila Lemos, que instituiu a política de valorização do servidor público municipal. De

acordo com o dispositivo, é dever da Prefeitura criar ações que colaborem para a realização e aperfeiçoamento profissional do servidor, como também criar condições para que ele desenvolva hábitos de vida saudáveis.