

ANOS

ATIVIDADES

ATIVIDADE
GRATUITA

29
JUN.
18H00

LIVE YOUTUBE
WEBINAR

“Burnout e trauma vicariante”

MODERAÇÃO:



Dília Soares

Nutricionista Especialista em Nutrição Clínica -
Hospital das Forças Armadas (Pólo do Porto)



Maria José Lima Ramos

Psicóloga Clínica - ACeS Alto Ave

- > Saúde psicológica e riscos psicossociais no trabalho
- > Escalada dos processos emocionais que afetam a qualidade de vida no trabalho: fadiga por compaixão, trauma vicariante e burnout



Nuno Sena de Barros

Médico - Equipa Comunitária de Suporte em Cuidados Paliativos do
Baixo Mondego

- > Conceito e importância do autocuidado e autocompaixão
- > Exemplos de técnicas de autocuidado
- > Medidas para implementação das técnicas de autocuidado no dia a dia