

WEBINAR:

O IMPACTO DO TELETRABALHO NA SAÚDE MENTAL DOS PROFISSIONAIS: DOS DESEQUILÍBRIOS AOS NOVOS EQUILÍBRIOS

Ao longo da História da Humanidade, as Pandemias foram causadoras de marcantes impactos nos indivíduos, famílias, sociedades e perdas de vida de milhares de pessoas.

A Pandemia da Covid-19 surpreendeu-nos a todos à escala planetária. Ninguém ficou alheado. Todos fomos desafiados.

O Mundo, se parou, também logo acelerou o seu tempo para a constante mudança e metamorfose da vida privada à coletiva. Novas realidades emergiram nos vários setores (Saúde, Educação, Económico...) com forte impacto nas relações sociais e afetivas.

O padrão da vida laboral atingido no seu eixo obrigou-se, rapidamente, ao reajustamento, à reestruturação, com incessantes transformações, sem a prévia preparação da maioria dos profissionais.

O Teletrabalho foi uma mudança paradigmática instituída, mesmo que temporariamente, na vida laboral de muitas pessoas. Graças ao avanço tecnológico, problemas insolúveis passaram a ter resposta.

Com o Teletrabalho, acontece uma mudança estrutural do setting e das relações: não é o profissional que vai ao encontro do trabalho, é o trabalho que vai a casa do profissional.

A casa, espaço da intimidade do próprio e do familiar, passa a ser lugar de trabalho, de escola, em simultâneo, por exemplo. Diluem-se as fronteiras entre espaço-casa, espaço-escola e o espaço- trabalho.

As relações presenciais da equipa são substituídas pelo modelo Tele que significa distância. O sentimento de pertença ao grupo de trabalho fragiliza-se. As rotinas espaciotemporais alteram-se. A solidão pode instalar-se insidiosamente.

Estamos a viver desafios de várias ordens!

- Quais serão os custos psicológicos da Pandemia da Covid-19 ?
- Como regular os riscos psicológicos e sociais?
- Como identificar o sofrimento psíquico?
- Estaremos a falar de uma Pandemia Silenciosa: A fragilização da Saúde Mental?

Para a presente reflexão e procura de respostas promotoras de sanidade mental, realiza-se este Webinar como um repto para criação de equilíbrios nestes tempos de desequilíbrios diversos.

A moderadora da sessão:

Dra. Cristina Catana (Psicóloga do Serviço de Psicologia do Hospital Garcia de Orta).