

29 a 31

11º Simpósio Internacional de Esterilização e Controle
de Infecção Hospitalar Relacionado à Assistência à Saúde

de agosto de 2018

Palácio das Convenções do Anhembi - SP



*Atitudes que
transcendem as
habilidades técnicas
em busca dos melhores
desfechos em saúde*

Organização e realização



29 a 31
de agosto de 2018

11º Simpósio Internacional de Esterilização e Controle
de Infecção Hospitalar Relacionado à Assistência à Saúde

*Atitudes que transcendem as habilidades técnicas
em busca dos melhores desfechos em saúde*



A prevenção do estresse no trabalho do Cuidador: Quais são os sinais para procurar ajuda médica, o que acontece com o cérebro e o corpo no estresse

Palestrante: Júlia Burin

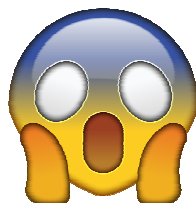
*Psicóloga clínica, Analista bioenergética, especialista em
DEPENDÊNCIA QUÍMICA e ATENDIMENTO DE CRISE
CRP 06/84.510*



Obrigada
por acreditar na SOBEC
e construir conosco
esses 25 anos!

A prevenção do estresse no trabalho do Cuidador

ESTRESSE É NECESSÁRIO!



ESTRESSE É POSITIVO!



QUANDO O **ESTRESSE** SE TORNA NEGATIVO?



A prevenção do estresse no trabalho do Cuidador

Luta diária pelo seu PAPEL SOCIAL

Glândula HPA

+

Sistema Nervoso Autônomo

+

Sistema Endócrino



Hormônio **CORTISOL + ADRENALINA**

PAPEL SOCIAL → Atividade Profissional

A prevenção do estresse no trabalho do Cuidador

CORTISOL + ADRENALINA :

→ aumentam o MEDO e a RAIVA

→ diminuem a MEMÓRIA, o APRENDIZADO, a CONCENTRAÇÃO, a NAVEGAÇÃO ESPACIAL, o JULGAMENTO SOCIAL e afetam a TOMADA DE DECISÕES

A prevenção do estresse no trabalho do Cuidador

A VIDA DO ENFERMEIRO NO CENTRO CIRÚRGICO:

- NECESSITAM DE:
- ✓ Conhecimento
 - ✓ Auto controle
 - ✓ Eficiência/Exatidão
 - ✓ Velocidade
 - ✓ Prioridade

- CONVIVEM COM:
- ✓ Colegas
 - ✓ Tempo
 - ✓ Dor
 - ✓ Morte

A prevenção do estresse no trabalho do Cuidador

“Quão estressante é um fator depende do fator em si, do significado que têm para a pessoa e da forma que a pessoa lida com ele” (Dra. Selma)

Características de PERSONALIDADE

+

Características do AMBIENTE

↓

FATOR ESTRESSANTE

A prevenção do estresse no trabalho do Cuidador

Estratégias de combate ao **ESTRESSE EXCESSIVO**:

- Administrar os estressores
- Aumentar a resistência aos fatores
- Transformar a forma de enfrenta-los

A prevenção do estresse no trabalho do Cuidador

O corpo vivendo o **ESTRESSE**:

CORAÇÃO: Síndrome do coração Partido, Infarto

ESTÔMAGO: Azia, má digestão, gastrite, úlcera

MUSCULOS: Dores, cansaço exagerado

BOCA: perda de dentes

CÉREBRO: Demência, Perda cognitiva, Síndrome de Burnot

SANGUE: Diabetes

A prevenção do estresse no trabalho do Cuidador

Não Ignore os SINTOMAS:

- Sensação de desgaste constante;
- Alteração do sono;
- Tensão Muscular;
- Formigamento do rosto e mãos (extremidades do corpo);
- Problemas de pele;
- Hipertensão;
- Mudança de apetite;
- Alteração de humor;



A prevenção do estresse no trabalho do Cuidador

Não Ignore os SINTOMAS:

- Perda de interesse;
- Problemas de atenção/concentração;
- Dor de cabeça constante frequente, problemas de memória;
- Ansiedade;
- Depressão;
- Redução do desejo sexual;
- Perda de cabelos.

A prevenção do estresse no trabalho do Cuidador

DIAGNÓSTICO:

- Realizado por avaliação médica.
- O médico psiquiatra ...

TRATAMENTO:

- Uso de medicação quando necessária e prescrita por médico
- **PSICOTERAPIA**

A prevenção do estresse no trabalho do Cuidador

“O Estresse Ocupacional é definido como um estado emocional desagradável, com tensão, frustração, aflição, esgotamento emocional devido a condições de trabalho consideradas ameaçadoras.”

(Benk & Carvalho, 2008)