



VIVA MENTE: a saúde do trabalhador em foco

Risocelly dos Santos Andrade¹, Otenilda Juliana Rodrigues Bezerra Feitosa², Ana Maria Bezerra de Lima Leal³, Carolyny Gonçalves Rodrigues Meireles⁴, Milla Jane Carvalho de Oliveira⁵, Suelene Gonçalves dos Santos⁶

RESUMO

Introdução: A promoção da saúde está ligada ao conceito de saúde e envolve fatores condicionantes que influenciam diretamente nessa relação. Promover e estimular hábitos de vida saudável para profissionais de saúde é foco do grupo Viva Mente. **Objetivo:** O estudo desenvolvido tem como propósito relatar a experiência das atividades do grupo Viva Mente como oportunidade para utilização da tecnologia leve no cuidado aos profissionais de saúde da Estratégia Saúde da Família 01 – João Antônio de Sousa. **Método:** Nesta experiência relatada do grupo Viva Mente, o método utilizado em todos os momentos da atividade é o da roda de conversa com temáticas e dinâmicas específicas em cada encontro. Os mesmos acontecem na unidade de saúde João Antônio de Sousa (ESF 01), localizada na Avenida Ribeiro Gonçalves, S/N, bairro Liberdade, no município de Inhuma-PI. **Resultados:** Com a realização das reuniões do grupo é possível observar resultados positivos tendo em vista a satisfação, alegria e o relato dos participantes, bem como a sensibilização para adoção de mudanças no estilo de vida e alívio das tensões diárias. **Conclusão:** O grupo Viva Mente tornou-se espaço propício ao fortalecimento de vínculo entre os profissionais, melhor interação, descontração e estimulação do cuidado àqueles que se dedicam a atender as necessidades do outro, fazendo-os refletir sobre suas atitudes e comportamentos para adoção de medidas que visem melhorar sua qualidade de vida e saúde.

Palavras chave: Promoção da Saúde. Saúde Mental. Pessoal da Saúde.

¹Enfermeira. Pós-graduada no Mestrado Profissional em Saúde da Família – UFPI. Inhuma, Piauí, Brasil. E-mail: riso_cz@hotmail.com.

²Enfermeira. Especialização em Saúde da Família. Inhuma, Piauí, Brasil.

³Enfermeira. Especialização em Educação Profissional na Área da Saúde: enfermagem. Inhuma, Piauí, Brasil.

⁴Enfermeira. Mestre em Saúde da Mulher – UFPI. Inhuma, Piauí, Brasil.

⁵Psicóloga. Especialização em Saúde Mental e Atenção Psicossocial, Saúde da Família e Comunidade. Inhuma, Piauí, Brasil.

⁶Dentista. Especialista em Saúde Pública e da Família. Inhuma, Piauí, Brasil.