

Projeto busca minimizar impactos emocionais do desemprego

Iniciativa em Sorocaba promove encontros semanais com foco no cuidado pessoal

Bruno Peres/Agência Brasil

O município de Sorocaba realizou mais uma edição do programa “Desperte sua força”, na última quarta-feira, dia 21 de janeiro, promovida pela Prefeitura Municipal.

Com cerca de 6 milhões de pessoas atingidas pelo desemprego no Brasil, segundo indicam os dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), a iniciativa surge da percepção de que a situação, além de um desafio econômico, também é uma experiência que afeta a autoestima e o equilíbrio emocional dos cidadãos.

A iniciativa “Desperte sua força” propõe encontros semanais na Casa do Trabalhador, conduzidos pela psicóloga Larissa Gonçalves. Segundo ela, a falta de emprego vai muito além das questões financeiras, afetando diretamente o bem-estar emocional e psicológico das pessoas.

“O desemprego atravessa todas as dimensões da vida. Quando alguém perde o trabalho, o convívio social também fica comprometido, assim como as relações familiares e os momentos de lazer. É um sofrimento que se manifesta no dia a dia e atinge diferentes aspectos da rotina”, explica.

De acordo com as informações, os sentimentos como ansiedade e frustração aparecem com frequência. A profissional



Os sentimentos de ansiedade e frustração aparecem frequentemente nas reuniões

destaca que a repetição de entrevistas e processos seletivos sem retorno positivo costuma gerar angústia e enfraquecer a esperança de quem busca uma oportunidade.

“Essa ansiedade passa a fazer parte da rotina e vem acompanhada de frustração. São emoções recorrentes. Em alguns casos, mesmo após conquistar a vaga desejada, a pessoa ainda precisa de acompanhamento psicológico para lidar com os efeitos desse período de instabilidade”, afirma.

Autocuidado

Lidar com as incertezas, que muitas vezes se transformam em ansiedade e provocam sintomas físicos, como insônia, exige planejamento e cuidado pessoal, assim como a própria busca por emprego. Para a psicóloga, a organização precisa ser construída aos poucos, respeitando os limites de cada um.

“A organização pode ser feita em pequenos passos. Porque, às vezes, a pessoa coloca um objetivo muito grande ou entende que, se ela não tiver um

emprego, nenhuma das outras áreas da vida importa, porque realmente traz essa fragilidade. Então, precisa se manter ativa, cuidar da autoestima, acordar e fazer algo que vá potencializar o dia, seja uma coisa pequena, assistir a algo que ela goste, mas ter esse momento de bem estar. Sempre fazer essa manutenção da própria vida, porque é isso que vai fazer ela conseguir caminhar e se organizar nessa busca por trabalho”, orienta a psicóloga.

O impacto emocional do

desemprego também pode prejudicar o desempenho em entrevistas, tema recorrente nos encontros do projeto. Segundo Larissa, é essencial separar a identidade pessoal das circunstâncias impostas pelo mercado.

Espaço de escuta

Para a psicóloga, ambientes de troca entre pessoas que vivem situações semelhantes são indispensáveis para a promoção da saúde mental. Compartilhar experiências ajuda a aliviar o peso emocional do desemprego.

“Elas têm a necessidade de falar sobre essa jornada que estão enfrentando, porque, de fato, é uma jornada que envolve muitas violências, violências psicológicas, opressões na hora da entrevista, discriminações, principalmente raciais. Então, quando a pessoa compartilha, ela consegue falar sobre e entender que não é a única vivendo aquilo. A sociedade ainda não faz essa ligação do tanto de sofrimento psíquico que envolve o desemprego”, afirma.

Encontros

Os encontros do programa “Desperte sua força” acontecem todas as quartas-feiras, das 10h às 11h, na Casa do Trabalhador, situada na Rua Coronel Cavalheiros, 353, no Centro de Sorocaba. Não é preciso realizar inscrição antecipada.

Hospital de Ribeirão Preto vai integrar projeto nacional

Guilherme Sircili/Prefeitura de Ribeirão Preto

O Hospital Santa Lydia foi selecionado para integrar o projeto Cuidado Seguro, iniciativa nacional do PROADI-SUS (Programa de Apoio ao Desenvolvimento Institucional do Sistema Único de Saúde) que tem como foco o fortalecimento da segurança do paciente em hospitais públicos de todo o país. O projeto é desenvolvido em parceria com o Ministério da Saúde e conta com a expertise do Hospital Sírio-Libanês.

Ao longo de 15 meses, o hospital receberá acompanhamento técnico especializado, com capacitações, treinamentos online e presenciais, oficinas práticas e suporte contínuo voltados à melhoria de processos assistenciais e à padronização de protocolos baseados em evidências científicas.

As atividades têm início nesta quarta-feira (28), com uma visita



Ação tem foco na segurança do paciente em hospitais públicos

técnica de profissionais do Hospital Sírio-Libanês à instituição. A partir desse diagnóstico inicial, serão definidos as ações prioritárias e os fluxos de trabalho a serem aprimorados.

Segundo as informações, entre as principais frentes do pro-

jeto estão a prevenção de eventos adversos, o fortalecimento da cultura de segurança, com estímulo à comunicação aberta e ao aprendizado contínuo, além do engajamento da equipe multiprofissional por meio de ações educativas permanentes.

S. J. do Rio Preto adere ao Programa JEPP

A Prefeitura de São José do Rio Preto assinou nesta segunda-feira, 26/1, o termo de adesão ao programa Jovens Empreendedores Primeiros Passos (JEPP), do Sebrae. Pela primeira vez, a iniciativa passa a ser implantada de forma contínua em toda a rede municipal de Ensino Fundamental, do 1º ao 9º ano, alcançando 46 escolas e cerca de 21 mil estudantes.

Até então, o programa era desenvolvido de maneira pontual em algumas unidades. Com a ampliação, os alunos terão contato progressivo com conteúdos de educação empreendedora ao longo da trajetória escolar, conforme a etapa de ensino.

O Sebrae é responsável pelo fornecimento do material didático e pela formação dos professores. A capacitação dos educadores começa em fevereiro e segue até março. As atividades com os alu-

nos vão ser realizadas entre março e setembro, com encerramento previsto para outubro, quando as escolas promovem feiras de negócios para apresentação e comercialização dos produtos desenvolvidos pelos estudantes.

De acordo com o gerente regional do Sebrae, Rodrigo Matos do Carmo, o programa tem caráter interdisciplinar. “É uma formação que deixa legado e prepara os estudantes para escolhas futuras, seja como empreendedores ou profissionais”, explica.

O JEPP é alinhado à Base Nacional Comum Curricular (BNCC) e trabalha, ao longo do Ensino Fundamental, temas específicos definidos para cada ano escolar, com foco no desenvolvimento de competências empreendedoras, no protagonismo dos estudantes e na aplicação prática dos conhecimentos em situações do cotidiano.