Trabalho apresentado no 24º CBCENF

Título: Programa Cuidando de Quem Cuida do Coren-SP: estimulando autocuidado, bem-estar e saúde mental

Relatoria: PATRICIA MARIA DA SILVA CRIVELARO
Ana Paula Guarnieri
Erica Chagas Araujo
Autores: Vanessa Morrone Maldonado
Sergio Aparecido Cleto
James Francisco Pedro dos Santos

Modalidade: Comunicação coordenada
Área: Inovação das práticas de cuidado
Tipo: Relato de experiência

Resumo:

Introdução: Para a Organização Mundial de Saúde (OMS), a saúde mental e o bem-estar são fundamentais para o desenvolvimento pessoal e interpessoal do ser humano. O adoecimento mental tem sido um dos problemas que afeta os profissionais de enfermagem. Em sondagem realizada pelo Conselho Regional de Enfermagem do Estado de São Paulo (Coren-SP) em 2019, observou-se que 53% dos participantes afirmaram sofrer de adoecimento mental decorrente do trabalho. Preocupado com essa problemática, o Coren-SP criou e implantou em 2019 o Programa Cuidando de Quem Cuida. Objetivo: Relatar a experiência do desenvolvimento das atividades do Programa Cuidando de Quem Cuida do Coren-SP, este que tem por finalidade apoiar a categoria de enfermagem no enfrentamento e prevenção do adoecimento mental, bem como na promoção da saúde, bem-estar e autocuidado. Método: Relato de experiência relacionado ao desenvolvimento do Programa Cuidando de Quem Cuida do Coren-SP. O programa se desenvolve por meio de encontros programados presenciais e em plataformas virtuais, com palestras que acontecem duas vezes por semana e ações de apoio à saúde mental, incentivo ao autocuidado e qualidade de vida, em parceria com instituições vinculadas ao clube de benefícios do Coren-SP. Resultados: Semestralmente as atividades contam com mais 20 mil inscrições, sendo o público-alvo principal, os profissionais de enfermagem do Estado de São Paulo. Os encontros são desenvolvidos com a colaboração de profissionais de enfermagem especializados que ministram palestras sobre desenvolvimento pessoal, gestão emocional, educação financeira, medicina chinesa, Mindfulness, qualidade de vida, entre outros. O Programa conta com benefícios e parcerias para apoio ao tratamento e promoção da Saúde Mental aos Profissionais de Enfermagem. Muitos são os feedbacks positivos e benefícios que os profissionais relatam sobre as ações desenvolvidas. Conclusão: O Programa Cuidando de Quem Cuida vem crescendo a cada dia e com advento da pandemia Covid-19 ampliando e fortalecendo suas ações, tanto presenciais quanto online, para acessibilidade aos profissionais de enfermagem em todo o Estado de São Paulo. No tocante a problemática apresentada e considerando o programa, como estratégia elaborada e implantada pelo Coren-SP, novos estudos estão em elaboração afim de avaliar e relatar cientificamente os benefícios deste programa.