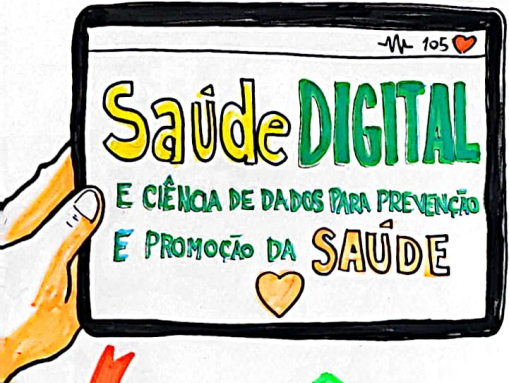


# Saúde Integrada Talks

VAMOS CORRER UMA MARATONA AOS **120 ANOS!**

OLHAR PARA O FUTURO DA SAÚDE INTEGRADA



TELEMEDICINA ERA PROIBIDO HOJE RECOMENDADO!

INOVAÇÃO Tecnologia em pilot da saúde

IA. VER COMO FERRAMENTA O PODER DO PROMPT QUEM NÃO TRABALHA COMO MÁQUINA, NÃO SERÁ SUBSTITUÍDO PELA MÁQUINA.

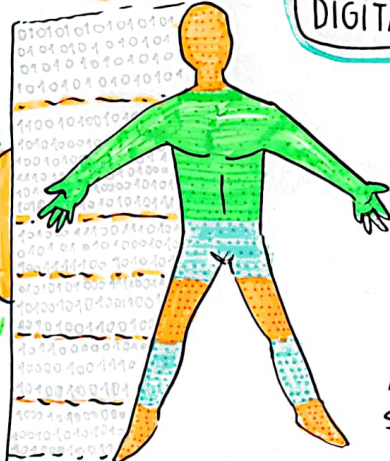
Leonardo Aguiar IDADE TELOMERAL DIGITAL

- 1 MELHORAR A EXPERIÊNCIA DO PACIENTE
- 2 DIMINUIR O CUSTO
- 3 PENSAR NA SAÚDE DE QUAL PRESTAÇÃO SERVIÇO

BUSCA PELO CARBONO ZERO



POOP TECHS COLETA DE DADOS ATÉ QUANDO VOCÊ VAI AO BANHEIRO



APPLE WATCH VALIDADO PELA ANATEL COMO FERRAMENTA DE SAÚDE APLICATIVOS SENDO RECOMENDADOS

CONECTAR OS DADOS PARA MELHOR TOMADA DE DECISÃO

amada HEALTH

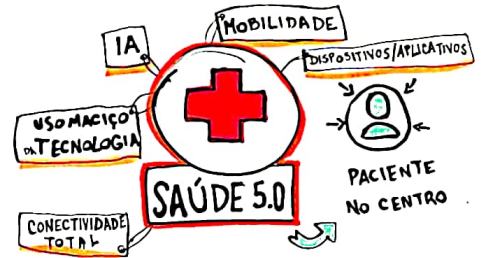
Conexão Médicos + dados pacientes

O CORPO GERA DADOS 24H POR DIA O QUE PODEMOS MEDIR, PODEMOS MELHORAR.





# Tecnologias aliadas à promoção da saúde



MUDANÇA DE CULTURA  
 "PLANEJAR COM CALMA, EXECUTAR RAPIDAMENTE!"

## INTEGRAÇÃO



FORTALECER AS POLÍTICAS DE SAÚDE



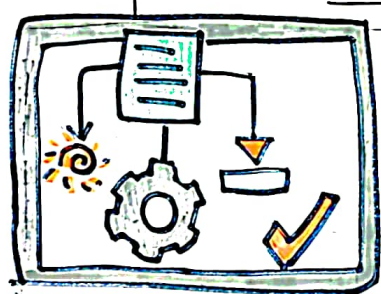
PARE DE FUMAR

ESTILO DE VIDA E COMPORTAMENTO SAUDÁVEL

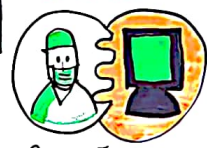
Tecnologia + democrática



EDUCAR ALGORITMOS PARA INCLUSÃO DA DIVERSIDADE COM A ÉTICA DA GESTÃO DE DADOS



O MAIOR DESAFIO É PREPARAR OS PROFISSIONAIS DO FUTURO



CONEXÃO COM NOVAS TECNOLOGIAS



- ▷ DADOS VÁLIDOS COM: **PROCESSO TRANSPARENTE**
- ▷ **PRIVACIDADE & SEGURANÇA**

"O MACETE ESTÁ NA FAMÍLIA."  
 NÃO ADIANTA FOCAR SÓ NO INDIVÍDUO

- EMPODERAR TRABALHADOR
- ESCUTA ATIVA
- DAR VALOR À PESSOA
- AMBIENTE SEGURO NO TRABALHO



# COMO EVITAR O BURNOUT E PROMOVER A SAÚDE MENTAL NO TRABALHO E FORA DELE!

**MUNDO BANI**  
FRÁGIL | ANSIOSO | NÃO LINEAR | INCOMPREENSÍVEL

**SOCIEDADE DO CANSAÇO**

BEM-ESTAR NO LOCAL DE TRABALHO

+ LUCRO P/ EMPRESA

**BURNOUT** → É UMA SÍNDROME DO ESGOTAMENTO MENTAL DEVIDO AO TRABALHO. É UMA FADIGA, MAS NEM TODA FADIGA É UM BURNOUT.

**ESGOTAMENTO**  
**EXAUSTÃO**

QUANTO MENOS IGNORANTE, MAIS COISAS BOAS VAI FAZER



# STRESS



AFINAL, QUAL O SEU PROPÓSITO?

AUTOCONHECIMENTO É AUTOCUIDADO!

POR QUE UNS ADOECEM E OUTROS NÃO?

**GENÉTICA**



## COMO EVITAR

- AUTOCONHECIMENTO E BUSCA DE PROPÓSITO
- LAZER E ÓCIO SEM CULPA
- CONTROLAR NEUROTICISMO  
↳ SER POSITIVO / OLHAR A VIDA PELO MELHOR ÂNGULO
- ~~DESCONECTAR DE TELAS E DESLIGAMENTO DE REDES SOCIAIS~~
- ESTABELECER E FOMENTAR VÍNCULOS SAUDÁVEIS E ALEGRADORES
- AMAR MAIS / RELACIONAMENTOS FELIZES

**O TRABALHO BOM PROTEGE!**

- ↳ EVITAR SOBRECARRGAR DE TRABALHO
- ↳ TEMPO SUFICIENTE PARA DESCANSAR
- ↳ DEMANDA ADEQUADA





# SEGURANÇA e SAÚDE

NO TRABALHO DO REGULATÓRIO À GERAÇÃO DE VALOR

**APRIMORAR**

CULTURA DE SEGURANÇA

NOSSO OBJETIVO É APRIMORAR A SEGURANÇA E SAÚDE NO TRABALHO

PRIORIZAR A SAÚDE E SEGURANÇA NO TRABALHO É FUNDAMENTAL

NÃO APENAS PARA O BEM-ESTAR DOS COLABORADORES, MAS TAMBÉM PARA O SUCESSO A LONGO PRAZO DA EMPRESA.

**HENRIQUE MARQUES**

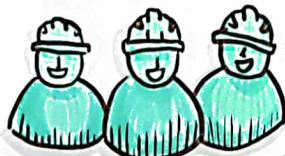
ABUSO NO AMBIENTE de TRABALHO é INTOLERÁVEL!!

AS POLÍTICAS SAUDÁVEIS E ATUALIZAÇÃO de VALORES DA EMPRESA É de SUMA

**ANA LUIZA BORGES** IMPORTÂNCIA PARA A SAÚDE do TRABALHADOR



TAMBÉM GERA LUCRO!



CUIDAR DOS TRABALHADORES

- EVITA:
- INSATISFAÇÃO
  - INCAPACIDADE DE TER MOMENTOS DE LAZER
  - DEPRESSÃO

DEVEMOS BUSCAR FAZER MELHOR do QUE FAZEMOS

REVISAR E ATUALIZAR OS PARÂMETROS de SEGURANÇA e SAÚDE

**LUIZ CARLOS DE MIRANDA JR**

NÃO Existe INDIVÍDUO Pela METADE

A SAÚDE DEVE SER INTEGRAL

**KATYANA ARAÇÃO**

**É NECESSÁRIO!**

- AVALIAÇÃO do AMBIENTE de TRABALHO;
- IDENTIFICAR OS PERIGOS

**TODOS NÓS SOMOS RESPONSÁVEIS POR FOMENTAR UM AMBIENTE DE TRABALHO SAUDÁVEL !!**

\* PARA CONHECER MELHOR OS SERVIÇOS de SAÚDE INTEGRADA da FIRJAN, ACESSSE:

[www.firjan.com.br](http://www.firjan.com.br)



# ESG PARA SAÚDE

Painel  
TALKS

## DIVERSIDADE COMO ALAVANCA DE SAÚDE NA ESTRATÉGIA ESG DAS EMPRESAS

EU TAMBÉM NÃO SEI !!



UMA LIDERANÇA CONSCIENTE SE MOSTRA **VULNERÁVEL** GERANDO CONEXÃO SAUDÁVEL.



### EQUIDADE RACIAL

#### POPULAÇÃO PRETA NA LIDERANÇA

MELHORA A QUALIDADE DA SELEÇÃO DE EMPREGO, QUALIDADE DE ENSINO E PROMOVE A MUDANÇA DE CULTURA



SAÚDE INTEGRADA e PENSAR NO BEM-ESTAR

### [CORAGEM] PARA MUDAR OS PADRÕES

OLHE PARA SEU TIME E PERCEBA ONDE ESTÁ FALTANDO A DIVERSIDADE



AMPLIAR A CONTRATAÇÃO DE PROFISSIONAIS COM DEFICIÊNCIA TANTO NA ÁREA ONSHORE E OFFSHORE



TRAZER MULHERES PARA A ÁREA OFF SHORE



FALAR SOBRE MICRO AGRESSÕES  
EQUIDADE DE GÊNERO E SAÚDE MENTAL  
FLEXIBILIDADE E BEM-ESTAR P/ SAÚDE DA MULHER CONCILIANDO O PESSOAL E PROFISSIONAL. - REDUZ ESTRESSE.

### MULHERES NA LIDERANÇA