



# RELATÓRIO FINAL

**Nome do Evento:** III SEMANA DE SAÚDE MENTAL DO SERVIDOR

**Promovido por:** Pró-Reitoria de Gestão de Pessoas e Unidade do Subsistema Integrado de Atenção à Saúde do Servidor

**Carga Horária:** 20 horas

**Período de Realização:** 23/09/19 a 27/09/19

**Público Alvo:** Servidores da Ufam

**Local:** Sala de Treinamento da PROGESP

**Modalidade:** Presencial

**Instituição Promotora:** UFAM

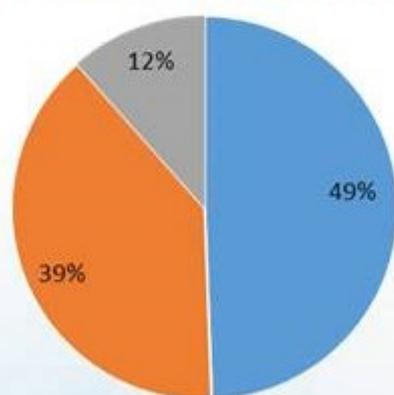
**Inclusão na LNC:** SIM (X) NÃO ( )

**PAC 2019:** SIM (X) NÃO ( )

**Instrutores:** Diversos

**Ementa da Capacitação:** A Saúde Mental, o trabalho e os desafios contemporâneos./ A auriculoterapia nos distúrbios do sono./ Relação entre a alimentação e a saúde mental./ A prática da atividade física e o alívio dos sintomas depressivos./ Terapias integrativas: automassagem revitalizadora./ Entendendo as doenças psicossomáticas./ Entendendo a automutilação./ Terapia do renascimento (como respirar de forma consciente)./ Práticas em constelação familiar./ Bruxismo e sua relação com a ansiedade./ Mindfulness aplicado à promoção da saúde e controle de estresse.

## 87 Servidores Inscritos



- Quantitativo de Participantes que Concluíram a Capacitação
- Quantitativo de Participantes Reprovados
- Quantitativo de participantes com Desistência Justificada

## Domínio do Conteúdo Abordado



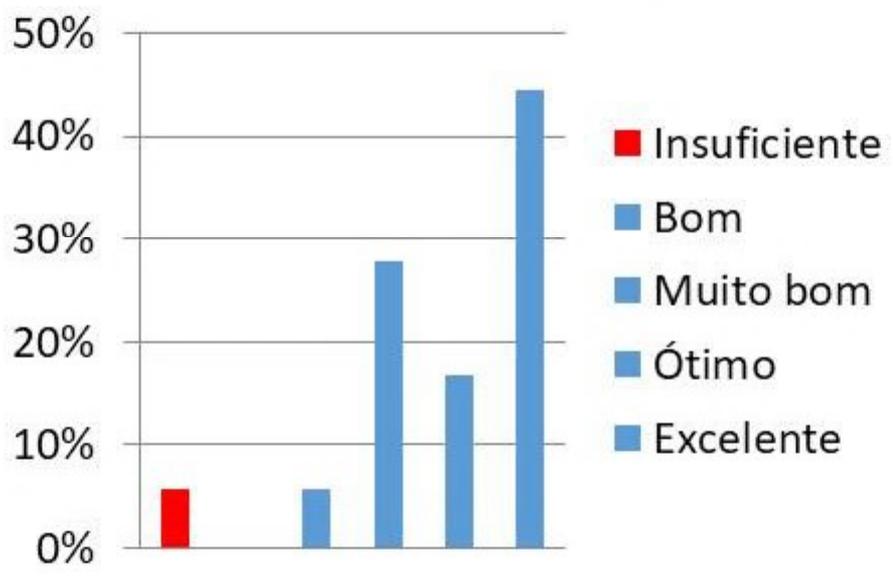


# RELATÓRIO FINAL

## AVALIAÇÃO IMEDIATA

Responderam a Avaliação: 36 Servidores

### Da Qualidade das Instalações



### Notas atribuídas pelos alunos para a III Semana de Saúde Mental do Servidor

