



DOENÇAS MENTAIS

Desenvolvidas pelo trabalho



FERNANDA GEHM
ADVOGADOS ASSOCIADOS

SUMÁRIO

EXPLICANDO	3
SINTOMAS	4
ENTRE EM CONTATO!	7

EXPLICANDO...

A manutenção de uma vida profissional saudável requer atenção e cuidados.

Muitas vezes o zelo pela saúde da mente é ignorado ou postergado, e isso se dá devido à frenética rotina da vida, ao preconceito de ter ajuda profissional especializada, a questão financeira e até mesmo as crenças adquiridas.

Em consequência, observa-se um elevado número de profissionais adoecendo no trabalho, desenvolvendo síndromes e transtornos psicológicos, que se não tratados evoluem, podendo chegar, em casos mais severos, a interrupção da vida profissional.

O objetivo aqui é listar alguns sintomas de alerta.

Importante destacar que todas as pessoas sentem tristezas, medo, angústias, cansaços, ansiedade QUE SÃO PONTUAIS, já a permanência prolongada de sintomas, de 2 à 3 semanas, é um forte indicador para a avaliação do quadro com especialista.

SINTOMAS:

- Dificuldade para realizar seu trabalho
- Sensação persistente de esgotamento físico e mental
- Falta de perspectiva de futuro
- Alterações no sono, apresentando dificuldade em adormecer ou permanecer dormindo
- Enfraquecimento do sistema imunológico
- Alteração de apetite
- Irritabilidade
- Choro frequente
- Perda de prazer
- Isolamento
- Tristeza e desânimo



SINTOMAS:

- Baixa autoestima e sentimentos de inutilidade
- Perda de interesse em atividades que antes apreciava
- Descuido com a aparência
- Modificação de apetite
- Movimentos físicos sem sentido
- Sentimento de culpa
- Dificuldades de raciocínio , de concentração ou de tomada de decisões
- Pensamentos de morte ou suicídio
- Irritabilidade, ansiedade e angústia



SINTOMAS:

- Aumento de esforço para fazer coisas que antes eram fáceis
- Diminuição ou incapacidade de sentir alegria
- Sentimentos de medo, insegurança, desespero, desamparo e vazio
- Interpretação distorcida e negativa da realidade
- Diminuição do desejo e do desempenho sexual

Dores e outros sintomas físicos sem uma causa aparente, como dores de barriga, azia, má digestão, diarreia, prisão de ventre, gases, tensão na nuca e nos ombros, dor de cabeça ou no corpo, sensação de corpo pesado e de pressão no peito.



SE VOCÊ APRESENTAR ALGUNS DESTES
SINTOMAS PROCURE UM PROFISSIONAL DA
SAÚDE HABILITADO!

ENTRE EM CONTATO
com nossos especialistas

CLIQUE AQUI



MERI DELATORRE

Psicóloga com pós-graduação em gestão de pessoas que a mais de 20 anos atua com o desenvolvimento humano em organizações.



FERNANDA SIMONE GEHM

Advogada especialista em Direito do Trabalho. Atua desde 2016 em São Paulo.

ACESSE NOSSAS OUTRAS REDES DE CONTATO



CLIQUE PARA ACESSAR!