



Covid-19



Uma pausa maior que a vírgula e menor que um ponto final.

Esse é o slogan do projeto Cont;inue, lançado no Risoleta em abril, cujas ações já alcançaram quase 300 trabalhadores. A iniciativa nasceu com o propósito de promover pausas na rotina de trabalho para decompressão, autocuidado e fôlego para um melhor enfrentamento aos desafios e emoções gerados no cotidiano, principalmente neste momento de pandemia da Covid-19.

O projeto é coordenado pela equipe de Educação Permanente em Saúde com o envolvimento da equipe de Comunicação e de profissionais do Hospital que apoiam voluntariamente as ações.

Huddle de Autocuidado

A equipe de Educação Permanente comparece ao setor, a partir de um cronograma previamente acordado com a liderança, para conduzir rodas de conversa de 15 minutos estimulando reflexões e discussões sobre temas que tragam mais leveza, acolhimento e boas energias.



SADT



Maternidade



Pronto-Socorro

“ Eu recebi o convite pelo nosso grupo da equipe no WhatsApp. E ao ler, achei que seria uma chatice, que apenas sentaríamos e escutaríamos, e me surpreendi muito! No dia, eu estava saindo de um parto um pouco complicado e quando vi as pessoas no corredor me senti curiosa e pedi para participar. Nossa, foi maravilhoso! Um momento de descontração, de acolhimento. Olhamos para pontos pessoais que no dia a dia não conseguimos parar para refletir. Já quero participar das próximas vezes.

Andréa Antônia da Silva, técnica de Enfermagem da Maternidade



Práticas de descompressão

A Educação Permanente vem organizando atividades para aliviar a tensão e promover pausas positivas para o corpo e a alma, com exercícios de respiração/autorelaxamento, massagem nos pés e rodas de conversa, conduzidos respectivamente pelas trabalhadoras voluntárias Valeska Amaral (Fonoaudiologia), Wênia Saraiva Fisioterapia) e Carolina Pedrosa (Psicologia/SESMT).



Particpei da técnica de harmonização dos pés e foi incrível e relaxante! Só tenho a agradecer ao Risoleta e à fisioterapeuta Wênia que me proporcionaram esse momento excepcional. Ações assim revigoram a alma e tornam o ambiente de trabalho mais acolhedor.

Regiane Leite, auxiliar administrativa do Núcleo de Gestão da Qualidade

Eu acredito muito nos espaços de troca. Nesse sentido, não somente pra minha função de ouvidor, mas pra qualquer outra, é uma oportunidade ímpar fazer parte de momentos assim. O dia a dia é muito atropelado e nem sempre nos damos conta que é importante parar. Eu mesmo quando recebi o convite pensei em não ir e priorizar as demandas do setor com a justificativa de que eu não estava precisando da descompressão. Que bom que eu fui! Foi um momento muito importante para entender que não é preciso estar em estado crítico para pensar em me escutar. Foi bom estar com todos e comigo mesmo em uma prática tão relaxante!

Leonardo Vasconcelos, ouvidor

As lideranças recebem os convites e distribuem para a participação dos trabalhadores de acordo com os horários disponíveis para as ações.



O projeto teve início em 15/04 e, até o momento, o Huddle de Autocuidado alcançou 213 pessoas e as ações de decompressão beneficiaram 54 trabalhadores.

Agradecemos a todos que têm apoiado e acreditado nesse projeto. A expectativa é que essas ações estimulem a busca e o sentido do autocuidado.

Você trabalha no Risoleta e quer apoiar esse projeto voluntariamente realizando alguma prática de decompressão para os nossos trabalhadores? Faça contato com a equipe de Educação Permanente pessoalmente, no andar térreo, pelo e-mail eeeps@hrtn.fundep.ufmg.br ou no ramal 3464.

Mensagens inspiradoras

Outra ação do projeto Cont;nuo foi a instalação de painéis com elogios de usuários, textos e imagens de incentivo às equipes, próximos às áreas Covid (CTI, 4º andar e Cecovid). A Comunicação fez a montagem inicial e convida todos os trabalhadores a contribuir enviando mensagens inspiradoras para o e-mail ascom@hrtn.fundep.ufmg.br ou celular 99853-7140.

Você, trabalhador, também pode adotar o hábito de elogiar na rotina de trabalho os colegas do seu setor ou de outras áreas por meio de áudios, vídeos ou mensagens. Faça a diferença no dia de alguém, incentive mais e verá o bem que isso faz!



Equipe da Enfermaria Covid (4º andar) posando ao lado do Painel



Fala, trabalhador!



A enfermeira do CTI Jaqueline Faria nunca imaginou que a pandemia da Covid-19 a faria ter experiências profissionais tão diversas e emocionantes. Ela atua no Risoleta desde 2013 (com passagens pelo Pronto-Socorro e pelas emergências clínica e cirúrgica) e, há quase quatro anos, dedica-se ao cuidado de pacientes graves. Neste momento tão delicado Jaqueline precisou se reinventar: *“moro com meus pais que são idosos e ele é diabético e hipertenso. O medo caminha de mãos dadas com a nossa profissão e faz com que tenhamos cuidados redobrados para não contaminar quem amamos”*.

Em setembro de 2020, ela foi voluntária nos estudos do laboratório Sinovac Biotech, responsável pelo desenvolvimento da vacina Coronavac junto com o Instituto Butantan, recebendo duas doses do imunizante. E no final de abril deste ano, ela teve a alegria de aplicar a vacina em sua mãe, Alzira Xavier de Faria (69), contra a Covid-19. É que além do Risoleta Jaqueline trabalha em uma Unidade Básica de Saúde em Belo Horizonte e estava de plantão no dia em que sua mãe foi receber a segunda dose do imunizante. *“Não tenho palavras para descrever o que senti, mas acredito que gratidão a Deus resume bem. Foi um momento único da minha vida e é como se eu tivesse agradecendo a ela todo o cuidado que recebi desde meu nascimento. Foi mais que vacina, foi a entrega de todo amor, carinho, respeito e admiração que tenho por ela”*, conta emocionada.

Jaqueline diz que guardará para sempre na memória esse momento e deseja a todas as mães, especialmente àquelas que estão atuando bravamente na linha de frente dos serviços de saúde, um Feliz Dia das Mães!



Gentileza

Confira a seguir dicas valiosas do trabalhador Reginaldo Ferreira, auxiliar administrativo que possui deficiência visual.

Oi, tudo bem?

Por favor, ao se comunicar com um deficiente visual:

- *apresente-se! Diga o seu nome, é sempre bom saber quem são as pessoas que estão nos ajudando.*
- *se estiver indicando alguma direção, não adianta apontar, viu? Use a voz! Fale qual a direção, como direita ou esquerda.*
- *ah, inclusive, não precisa gritar! Escutamos bem, obrigado.*



Vamos juntos aprendendo um com o outro!

Quer compartilhar alguma dica para melhorar as interações e os relacionamentos no Hospital? Envie para a Comunicação (31 99853-7140 ou e-mail ascom@hrtn.fundep.ufmg.br), vamos juntos construir um ambiente de trabalho cada vez mais saudável.



“Estive internada neste Hospital no CTI e depois fui para o 4º andar, na enfermaria. Quero agradecer toda a equipe médica, Enfermagem e Fisioterapia que cuidaram de mim. Em especial à dra. Maria Tereza, médica dedicada, atenciosa e ótima profissional. À Enfermagem os meus parabéns pela dedicação e atendimento carinhoso não só no 4º andar, mas também na urgência da Covid-19 (Cecovid) e no CTI. Fui muito bem atendida no Risoleta. Que Deus guarde, abençoe e proteja todos vocês! Serei eternamente grata a todos que me ajudaram nesta longa batalha contra a Covid-19. Obrigada!”

Maria de Fátima Andrade, paciente

Depoimento enviado para a Ouvidoria do Risoleta via site

“Gostaria de elogiar a equipe do Hospital Risoleta. Todos! Os enfermeiros e médicos e também o pessoal da limpeza e do refeitório, todos muito competentes. Tive um atendimento maravilhoso da Maternidade ao ter o meu bebê. Por isso, só tenho elogios para o Hospital e seus profissionais, que cuidaram com muita atenção de mim e de meu filho. Estão de parabéns!”

Letícia de Oliveira Bernardes, paciente

Depoimento recebido através do Google

É mérito nosso

Todos os dias, nossas equipes se dedicam para melhor atender os usuários do Risoleta. Ser referência para mais de 1,1 milhão de pessoas da Região Norte de BH e municípios do entorno, em um Hospital porta aberta, é um desafio e tanto. Por isso, o reconhecimento de pacientes e familiares à equipe é muito valioso.

#SomosRisoleta