j

PROPOSTA DE PROJETO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA

I- IDENTIFICAÇÃO

1. IDENTIFICAÇAO DO COORDENADOR	
Nome: Joareis Fernandes de Azevedo	
CPF: 795.141.549-91	**Matrícula:** 1825925
E-maill: joareis@unir.br	
Telefone: (69) 3416-2604 cel (69) 98119-9998	
Departamento/ Unidade/Campus: Departamento de Administração Campus Professor Francisco Gonçalves Quiles - Cacoal	
1.1 IDENTIFICAÇAO DO VICE-COORDENADOR	
Nome:	
CPF:	**Matrícula:**
E-mail:	
Telefone:	
Departamento/ Unidade/Campus:	

2. IDENTIFICAÇAO GERAL DO ´PROJETO
2.1 Título do Projeto:
Cuidar do cuidador: Estresse uma Psicopatologia Ocupacional.
2.2 Promoção:
Departamento de Administração Campus Professor Francisco Gonçalves Quiles - Cacoal
2.3 Apoio:
Campus Professor Francisco Gonçalves Quiles - Cacoal
2.4 Site:
www.depadmcacoal.unir.br
2.5 e-mail:
depadm@unir.br
2.6 Apresentação:
O Projeto Cuidar do Cuidador é uma iniciativa do Departamento de Administração do Campus de Cacoal e surgiu em decorrência da visualização dos intensos convites de outras instituições para atuar na mediação de conflitos existentes nos ambientes de trabalho. A experiência que vem sendo desenvolvida tem por objetivo a educação permanente em saúde no âmbito laboral e busca agenciar espaços de reflexão, de modo a melhorar as condições do trabalho para essas pessoas.
2.7 Área de conhecimento:
Ciências da Saúde, Saúde Coletiva, Saúde Pública.
2.8 Área Temática Principal:

Saúde: promoção à saúde e qualidade de vida; atenção a grupos de pessoas com necessidades especiais; atenção integral à mulher; atenção integral à criança; atenção integral à saúde de adultos; atenção integral à terceira idade; atenção integral ao adolescente e ao jovem; capacitação e qualificação de recursos humanos e de gestores de políticas públicas de saúde; cooperação interinstitucional e cooperação internacional na área; desenvolvimento do sistema de saúde; saúde e segurança no trabalho; esporte, lazer e saúde; hospitais e clínicas universitárias; novas endemias, pandemias e epidemias; saúde da família; uso e dependência de drogas;

2.9 Área Temática Secundária:

Educação: educação básica; educação e cidadania; educação a distância; educação continuada; educação de jovens e adultos; educação para a melhor idade; educação especial; educação infantil; ensino fundamental; ensino médio; incentivo à leitura;

2.10 Linha Programática:

Saúde e Proteção no Trabalho: processos assistenciais, metodologias de intervenção, ergonomia, educação para a saúde e vigilância epidemiológica ambiental, tendo como alvo o ambiente de trabalho e como público os trabalhadores urbanos e rurais; saúde ocupacional.

2.11 Data de início e término:

10/04/2017 **a** 20/11/2017

2.12 Carga horária total da ação

50 horas distribuído através das ações.

2.14 Abrangência:

Colaboradores da Secretaria Municipal de Transporte e Trânsito de Cacoal - Semttran.

2.16 Situação do Projeto:

(x) novo ( ) renovação

2.17 Tipo da ação:

(x) isolada vinculada ( )

2.17.1 Caso seja ação vinculada, especifique:

- Modalidade:
- Nome da ação:
- Coordenador:
- Departamento/Unidade:

2.18 Atividade integrada a outra ação institucional?

(x) não ( ) sim

2.18.1 Caso tenha marcado sim no item o anterior, especifique:

-Dimensão: ( ) ensino ( ) pesquisa
-Nome da ação:
-Coordenador:
-Departamento(s)/Unidade(s) envolvidas:
-Realização: ( ) concluída ( ) em andamento

2.19 Ação Curricular:

( ) sim (x) não

3. IDENTIFICAÇAO DA EQUIPE EXECUTORA:

Indicar nome completo sem abreviaturas. Para todos os membros deverá ser elaborado Plano de Trabalho.

3.1 Docentes:

	Nome	Departamento/ Unidade	Titulação/Formação	Função na ação	CH*
1	Joareis Fernandes de Azevedo	Administração	Mestre	Coordenador	50
2					

**Carga horária (incluir período de planejamento, execução, monitoramento e avaliação)*

3.2 Técnicos administrativos

	Nome	Departamento/ Unidade	Titulação/Formação	Função na ação	CH*
1	Jéssica Bispo Blasques	Administração	Especialista	Assistente em administração	30
2					

** Carga horária (incluir período de planejamento, execução, monitoramento e avaliação)*

3.3 Discentes

	Nome	Departamento/ Unidade	Curso	Função na ação	CH*
1					
2					

** Carga horária (incluir período de planejamento, execução, monitoramento e avaliação)*

3.4 Membros externos:

	Nome	Vinculação (Instituição/comunidade/setor)	Função na ação	CH*
1				
2				

** Carga horária (incluir período de planejamento, execução, monitoramento e avaliação)*

II. CARACTERIZAÇÃO DA PROPOSTA:

1. RESUMO

Não é fácil encontrar uma definição para “estresse” aceita por todos. O termo é usado livremente por pessoas e grupos diferentes para exprimir significados diversos.

Quanto a sua origem, a palavra estresse refere-se a aperto ou opressão de uma espécie, e distresse é o estado em se padece desse aperto ou opressão. Entretanto, o inglês moderno parecia necessitar de uma palavra que ficasse a meio caminho entre “pressão” e “ênfase”, tendo algo das conotações potencialmente dolorosas da primeira e algo das conotações mais neutras da segunda. Com o passar do tempo, stress tornou-se essa palavra, (em português adotaremos a grafia estresse).

Estresse é uma exigência imposta sobre as capacidades de adaptação da mente e do corpo. Se essas capacidades podem lidar com a necessidade e desfrutar o estímulo envolvido, então o estresse é bem-vindo e útil. Caso não consigam, por considerar a situação debilitante, então ele não é bem-vindo e é prejudicial.

O estresse é um fato natural e inevitável da vida. Em comunidades subdesenvolvidas, os estressores podem estar relacionados principalmente à necessidade de sobrevivência física. Por exemplo, encontrar comida e abrigo ou encontrar segurança e um parceiro para procriar a espécie. Em culturas desenvolvidas (em especial aulas do mundo ocidental moderno), os estressores costumam ter pouca relação com a mecânica básica da sobrevivência e mais com o sucesso social,

com a criação de padrões de vida sempre elevados e com a satisfação de nossas expectativas e das dos outros. Se os modernos estressores “não naturais” exercem sobre nós mais pressão que os enfrentados em outras épocas, em que as preocupações eram mais básicas, é uma questão a ser discutida.

Palavras Chaves: Cuidar, Cuidador, Estresse, Psicopatologia.

2. JUSTIFICATIVA

A importância de desenvolver este projeto faz-se necessário no sentido de reduzir o estresse decorrente de uma profissão atribulada. As dificuldades enfrentadas no cotidiano de trabalho acabam pressionando os colaboradores e afetando seu desempenho. É papel do Psicólogo Organizacional e do Trabalho promover um espaço para que o colaborador fale de si, melhorando o relacionamento interpessoal e aumentando a satisfação na prática trabalhista.

3. OBJETIVOS

3.1 Objetivo Geral:

Propiciar ao colaborador um espaço para debater as causas e conseqüências do estresse, assim como através de técnicas de grupo incrementar a qualidade de vida.

3.2 Objetivos específicos:

- Definir estresse suas causas e conseqüências;
- Propriciar relaxamento através de vivências e técnica;
- Identifcar as reações do estresse quando esse ocorrer;
- Descrever métodos de prevenção do estresse;
- Proporcionar momentos de descontração para colaboradores.

4. CRONOGRAMA DE EXECUÇAO

META	ATIVIDADES	ICADOR FÍSICO		DURAÇÃO	
		Unidade	Quantidade	Início	Término
- Apresentação do projeto há Unir		Unir Cacoal	01 Reunião	14:00	15:00
- Apresentação do projeto há Semttran		Semttr an Cacoal	01 Reunião	08:00	09:00
- Palestra, definição, causas e conseqüências		Unir Cacoal	01 Reunião	10:00	12:00
- Debate sobre situações estressante		Unir Cacoal	01 Reunião	08:00	12:00
- Técnicas de grupo e avaliação		Unir Cacoal	01 Reunião	08:00	12:00
- Dinâmica de grupo e método preventivo		Unir Cacoal	01 Reunião	08:00	12:00
- Elaboração de um artigo para publicação ou apresentação em Congressos		Unir Cacoal			
- Elaboração do relatório final do projeto		Unir Cacoal			

PUBLICO-ALVO:

Colaboradores da Secretaria Municipal de Transporte e Trânsito de Cacoal - Semttran.

NUMERO DE VAGAS:

50 vagas para os colaboradores da Secretaria Municipal de Transporte e Trânsito de Cacoal - Semttran.

PROCESSO DE SELEÇAO:

Somente os colaboradores da Secretaria Municipal de Transporte e Trânsito de Cacoal - Semttran.

RESULTADOS ESPERADOS

Com o presente projeto de extensão espera-se contribuir para uma melhor qualidade de vida dos agentes de trânsito, acolhendo, auxiliando, informando e ouvindo as suas dificuldades emocionais.

9. AVALIAÇAO

Indicadores:

Serão utilizados indicadores para mensuração e análise no desenvolvimento das ações:
- Número de usuários e permanência no projeto.

- Avaliações de bem estar dos participantes do projeto.

- Índice de qualidade de vida dos participantes (inicio e final do projeto).

- Pesquisa de satisfação dos usuários na comunidade.

- Índice de elaboração e execução do Projeto de Vida elaborado pelo público alvo.

- A periodicidade média será mensal de acordo com a ação em desenvolvimento e o público participante, serão responsáveis pela avaliação do projeto, utilizando como instrumentos questionários a serem distribuídos para levantar a opinião dos participantes quanto ao projeto.

- E em relação a avaliação quanto ao público interno (agentes de trânsito), serão realizadas reuniões trimestrais com objetivo de avaliar as atividades e possíveis ajustes, e será considerado o grau de comprometimento e responsabilidade dos participantes quanto à execução do projeto.

Procedimentos metodológicos

O projeto será realizado seguindo estas etapas:

1. **ETAPA**
   Apresentação do projeto há diretoria da Unir.
   - Exposição verbal sobre estresse.
2. **ETAPA**
   Apresentação do projeto há diretoria da Semttran.
   - Exposição verbal sobre estresse.

3. **ETAPA**
   Desenvolvimento do projeto.
   - Definição, causas e conseqüências do estresse.

4. **ETAPA**
   Desenvolvimento do projeto.
   - Técnicas de grupo e avaliação do nível de estresse.

5. **ETAPA**
   Desenvolvimento do projeto.

- Debate sobre situações cotidianas estressantes.

6. ETAPA

Desenvolvimento do projeto.

- Dinâmicas de grupo e métodos preventivos.

7ª ETAPA

Desenvolvimento do projeto.

- Elaboração do relatório final do projeto anualmente.

Fontes de informação:

A Avaliação ocorrerá mediante acompanhamento dos indicadores e procedimentos executados no decorrer das ações pré-estabelecidas no projeto, podendo ocorrer alterações e correções sempre que pertinentes, mediante dados auferidos nos procedimentos aplicados.

A periodicidade média será quinzenal e/ou mensal de acordo com a ação em desenvolvimento.

REFERENCIAS

1. BACCARO, A. **Vencendo o estresse**: como detectá-lo e superá-lo. Rio de Janeiro: Vozes, 1990.

2. FONTANA, D. **Estresse**: faça dele um aliado e exercite a autodefesa. São Paulo: Saraiva, 1991.

3. MINICUCCI, A. **Relações humanas**: psicologia das relações interpessoais. São Paulo: Atlas, 1982.

4. YOZO, R. Y. K.; **100 jogos para grupos**: uma abordagem psicodramática para empresas, escolas e clínicas. São Paulo: Agora, 1996.

III- DADOS OPERACIONAIS E FINANCEIROS:

1. INFRAESTRUTURA FISICA:

Os agendamentos das palestras ou atividades em grupo serão realizados no Departamento Acadêmico do Curso de Administração. E os eventos serão realizados no auditório da biblioteca do Campus de Cacoal mediante solicitação via ofício à Direção com cópia para a Coordenadoria de Serviços Gerais – CSG.

2 EQUIPAMENTOS:

detalhar os equipamentos a serem utilizados dentre os já existentes na Instituição

Descrição	Departamento/Unidade
- Mesa para escritório; - Poltronas; - Colchonetes	Auditório da Biblioteca do Campus de Cacoal.

3. MATERIAIS

detalhar o uso de materiais a serem utilizados dentre os já existentes na Instituição

Descrição	Departamento/Unidade
- Computadores; - Impressora	Departamento Acadêmico do Curso de Administração. Campus de Cacoal.

- Canetas; - Papel sulfiti; - Pastas.	

4. ORÇAMENTO

2.1 Receita

(incluir aqui também recursos oriundos de outras fontes orçamentárias, como agências de fomento, em caso de ação financiada por órgão externo incluir, no campo fonte, os dados do edital/chamada a que se vinculada (ex.edital nº. .xxxx do xxxx publicado em xxxxx)

	Item	Fonte	Valor Unitário	Valor Total
1				
2				
Valor Total (1+2+...)				

2.2 Despesa

	Item	Descrição	Valor Unitário	Valor Total
1				
2				
Valor Total (1+2+...)				

5. PARCERIAS EXTERNAS

incluir tantas tabelas quanto forem necessárias

1.	**Razão Social:**	
Nome Fantasia:		**Sigla:**
Representante Legal:		
Caracterização: *IPES, ONG, Secretaria etc*		**CNPJ:**
po de parceria: *Em caso de parcerias por convênio, contrato etc, informar o número do instrumento legal e anexar cópia do documento.*		
Modo de participação: *Descrever sucintamente a forma de participação da entidade parceira na ação.*		

6. DIVULGAÇÃO

Meio de divulgação: (x)impresso
(x)digital
( )outras mídias _____

Cacoal, 16 de Março de 2017

Joareis Fernandes de Azevedo

RELATÓRIO FINAL DE PROJETO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA

TÍTULO:

CUIDAR DO CUIDADOR: ESTRESSE UMA PSICOPATOLOGIA OCUPACIONAL

Processo nº 23118.000813/2017-34 – **Certidão de Extensão nº 05/2018**

UNIDADE(S) /DEPARTAMENTO(S) /CAMPUS

Departamento de Administração Campus Professor Francisco Gonçalves Quiles - Cacoal

COORDENADOR(ES):

Nome: **Joareis Fernandes de Azevedo**

CPF: **795.141.549-91**

E-mail: **joareis@unir.br**

Telefone: **(69) 3416-2604 e 98115-4446**

ÁREA (S) TEMÁTICA (S) A QUE SE VINCULA (M) O PROJETO:

( ) COMUNICAÇÃO

( ) CULTURA

( ) DIREITOS HUMANOS E JUSTIÇA

(x) EDUCAÇÃO

( ) MEIO AMBIENTE

(x) SÁÚDE

( ) TECNOLOGIA E PRODUÇÃO

( ) TRABALHO E GENERO

( ) Outra:_____

EQUIPE DE TRABALHO

Recursos humanos da UNIR e/ou instituições parceiras

Nome	Unidade/ Departamento	Formação Profissional	Função no projeto	Carga Horária Projeto
Joareis Fernandes de Azevedo	**Administração**	**Mestre**	**Coordenador/Psicólogo**	**24**
Jéssica Bispo Blasques	**Administração**	**Especialista**	**Assistente em Administração**	**16**
Carmem Tetzlaff da Paixão	**Administração**	**Discente**	**Divulgação do Projeto**	**16**
Diego dos Santos Mascarinho	**Administração**	**Discente**	**Divulgação do Projeto**	**16**

LOCAL DE EXECUÇÃO DA AÇÃO DE EXTENSÃO:

As palestras foram realizadas no Auditório da Biblioteca e as dinâmicas de grupo foram realizadas no Auditório Central do Campus Professor Francisco Gonçalves Quiles – Cacoal.

APRESENTAÇÃO:

O Projeto Cuidar do Cuidador é uma iniciativa do Departamento de Administração do Campus de Cacoal e surgiu em decorrência da visualização dos intensos convites de outras instituições para atuar na mediação de conflitos existentes nos ambientes de trabalho.
A experiência que vem sendo desenvolvida tem por objetivo a educação permanente em saúde no âmbito laboral e busca agenciar espaços de reflexão, de modo a melhorar as condições do trabalho para essas pessoas.

RESULTADOS ALCANÇADOS:

Objetivo Geral:

Propiciar ao colaborador um espaço para debater as causas e conseqüências do estresse, assim como através de técnicas de grupo incrementar a qualidade de vida.

Objetivos específicos:

- Definir estresse suas causas e conseqüências;
- Propriciar relaxamento através de vivências e técnica;
- Identifcar as reações do estresse quando esse ocorrer;
- Descrever métodos de prevenção do estresse;

Proporcionar momentos de descontração para colaboradores.

METAS:

- Apresentação do projeto há Unir.
- Apresentação do projeto há Semttran.
- Palestra, definição, causas e consequências.
- Debate sobre situações estressante.
- Técnicas de grupo e avaliação.
- Dinâmica de grupo e método preventivo.
- Elaboração de um artigo para publicação ou apresentação em Congressos.
- Elaboração do relatório final do projeto.

RESULTADOS

- Quanto a apresentação do projeto há Universidade Federal de Rondônia – Unir no Campus de Cacoal, o mesmo foi submetido e aprovado nos respectivos Conselhos de Departamento e de Campus.
- Quanto a apresentação do projeto há Secretaria Municipal de Transportes e Trânsito de Cacoal – Semttran, o mesmo foi aceito imediatamente pelo secretário.
- Quanto a participação na palestra Estresse (definição, causas e consequências), no Debate (sobre situações estressantes), na Técnica de grupo (avaliação) e na Dinâmica de grupo (método preventivo), o resultado foi satisfatório, exemplo disso pode-se ver na lista em anexo.
- Quanto a Elaboração de um artigo para publicação ou apresentação em Congressos, o mesmo será apresentado no Congresso Internacional de Estresse de 2019 da ISMA-BR (International Stress Management Association).
- Quanto a Elaboração do relatório final do projeto, a presente proposta de prestação de serviços contribuiu para uma melhor qualidade de vida dos servidores públicos municipais, acolhendo, auxiliando, informando e ouvindo as suas dificuldades emocionais.

PÚBLICO-ABRANGIDO *Descreva aqui o público beneficiado pelo projeto.*		
Discentes:	**02 pessoas**	
Docente:	**01 pessoa**	
Técnico Administrativo:	**01 pessoa**	
Comunidade Externa:	**49 pessoas**	
Total Geral:	**53 pessoas**	

Outras Instituições/Entidades Partícipes:

Não houve

OBSERVAÇÃO

O projeto foi realizado nos dias 04, 12 e 20 de junho de 2018. O atraso na realização do mesmo se deu devido as trocas de secretário na Secretaria de trânsito.

Referências Bibliográficas:

5. BACCARO, A. **Vencendo o estresse**: como detectá-lo e superá-lo. Rio de Janeiro: Vozes, 1990.

6. FONTANA, D. **Estresse**: faça dele um aliado e exercite a autodefesa. São Paulo: Saraiva, 1991.

7. MINICUCCI, A. **Relações humanas**: psicologia das relações interpessoais. São Paulo: Atlas, 1982.

8. YOZO, R. Y. K.; **100 jogos para grupos**: uma abordagem psicodramática para empresas, escolas e clínicas. São Paulo: Agora, 1996.

_____

Local e data

_____

Assinatura

ANEXOS

LISTA PARA CERTIFICAÇÃO DOS PARTICIPANTES DO PROJETO:

NOME	FUNÇÃO	DATAS	HORAS
Joareis Fernandes de Azevedo	Coordenador	04, 12 e 20/06/18	24 horas
Jéssica Bispo Blasques	Técnica em Administração	04, 12 e 20/06/18	16 horas
Carmem Tetzlaff da Paixão	Divulgação do Projeto	04, 12 e 20/06/18	16 horas
Diego dos Santos Mascarinho	Divulgação do Projeto	04, 12 e 20/06/18	16 horas
Audiceia Ferreira dos Santos Bonfim	Participante	04, 12 e 20/06/18	10 horas
Cidineia Rodrigues de Matos	Participante	04, 12 e 20/06/18	10 horas
Edilene Torres de Lima	Participante	04, 12 e 20/06/18	10 horas
Eliane Jaskiu dos Santos	Participante	04, 12 e 20/06/18	10 horas
Isura Lúcia Moreira	Participante	04, 12 e 20/06/18	10 horas
Jaciane Paula Poliski	Participante	04, 12 e 20/06/18	10 horas
Lediane Pansine	Participante	04, 12 e 20/06/18	10 horas
Lucienes Dias Terra de Souza	Participante	04, 12 e 20/06/18	10 horas
Marcirene Rosa de Oliveira Mota	Participante	04, 12 e 20/06/18	10 horas
Raquel Fátima dos Santos	Participante	04, 12 e 20/06/18	10 horas
Rita de Cássia Gomes de Souza	Participante	04, 12 e 20/06/18	10 horas
Roseli andeira dos Santos Forgado	Participante	04, 12 e 20/06/18	10 horas
Telma Regina Mendonça Tosta Feitosa	Participante	04, 12 e 20/06/18	10 horas
Valdirene Guedes de Oliveira	Participante	04, 12 e 20/06/18	10 horas
Vanilde Simão de Souza	Participante	04, 12 e 20/06/18	10 horas

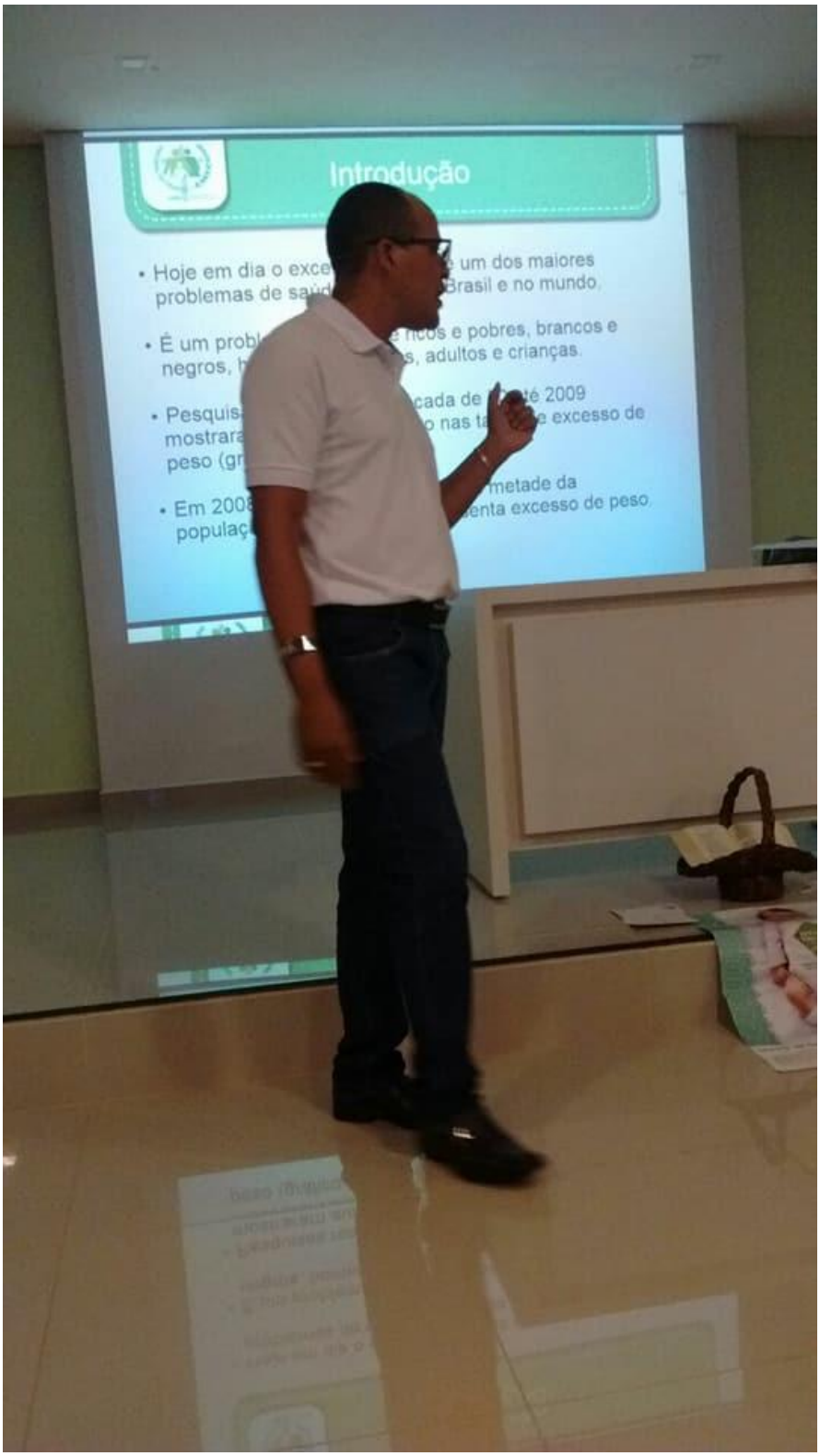
Vera Lúcia Martins da Silva	Participante	04, 12 e 20/06/18	10 horas
Jef Fagner dos Santos	Participante	04, 12 e 20/06/18	10 horas
Hollanda Rios	Participante	04, 12 e 20/06/18	10 horas
Iolando da Silva Cabral	Participante	04, 12 e 20/06/18	10 horas
Anderson José dos Reis	Participante	04, 12 e 20/06/18	10 horas
Carlos Felix da Silva	Participante	04, 12 e 20/06/18	10 horas
Geuso de Oliveira	Participante	04, 12 e 20/06/18	10 horas
Sergio Rodrigues Simão	Participante	04, 12 e 20/06/18	10 horas
Francisco de Assis da Silva	Participante	04, 12 e 20/06/18	10 horas
Carlos Demétrio Lucena Silva	Participante	04, 12 e 20/06/18	10 horas
Gabriel Ragnini	Participante	04, 12 e 20/06/18	10 horas
Paulo Rogério Lenzi	Participante	04, 12 e 20/06/18	10 horas
Camila Alves Ito	Participante	04, 12 e 20/06/18	10 horas
Renata Shirlei Marques Lenzi	Participante	04, 12 e 20/06/18	10 horas
Marileide Vieira Leite Moreno	Participante	04, 12 e 20/06/18	10 horas
Marcelo Henrique Bottaro	Participante	04, 12 e 20/06/18	10 horas
Kenedy de Souza Marcelino	Participante	04, 12 e 20/06/18	10 horas
Rogério Moreira de Lima	Participante	04, 12 e 20/06/18	10 horas
Anderson Luciano Rosa	Participante	04, 12 e 20/06/18	10 horas
Anderson Avilla Mendonça	Participante	04, 12 e 20/06/18	10 horas
Ana Aparecida Mendes Lima	Participante	04, 12 e 20/06/18	10 horas

Florisvaldo Vieira Sobral	Participante	04, 12 e 20/06/18	10 horas
Paulo Sergio Pereira da Silva	Participante	04, 12 e 20/06/18	10 horas
Elicia Pessoa de Souza	Participante	04, 12 e 20/06/18	10 horas
Walisson Lenzi Pimentel	Participante	04, 12 e 20/06/18	10 horas
Fredson Perdoncini Nascimento	Participante	04, 12 e 20/06/18	10 horas
Paulo César Ferreira Diniz	Participante	04, 12 e 20/06/18	10 horas
Flavio Lourenço dos Santos	Participante	04, 12 e 20/06/18	10 horas
Wanderson Ferreira da Silva	Participante	04, 12 e 20/06/18	10 horas
Ronaldo Pereira Gomes	Participante	04, 12 e 20/06/18	10 horas
Silene Eller	Participante	04, 12 e 20/06/18	10 horas
Elder Silva Santos	Participante	04, 12 e 20/06/18	10 horas
Davi Rodrigues da Silva	Participante	04, 12 e 20/06/18	10 horas
Luciano Burgarelli	Participante	04, 12 e 20/06/18	10 horas

FOTOS DO PROJETO DE EXTENSÃO CUIDAR DO CUIDADOR
ESTRESSE UMA PSICOPATOLOGIA OCUPACIONAL

Apresentação do Projeto a Semttran

Palestra sobre Estresse



Debate sobre Estresse