

Tem alguma pergunta?

Ficamos muito satisfeitos com o seu interesse! Se tiver alguma questão, contacte-nos por e-mail para:

XR2esilience@zi-mannheim.de

Pessoas de contacto:

Bianca Kollmann e Patricia Günther

Mais informações sobre este projeto europeu podem ser encontradas em:

<https://xr2esilience.eu>

Gostaria de participar?

Inscreva-se diretamente em:

https://sosci.zi-mannheim.de/xr2esilience_pt/

ou faça scan do código QR



Instituto Central de Saúde Mental
Departamento de Neuropsicologia e Investigação
Psicológica sobre Resiliência
J 5 · 68159 Mannheim
zi-mannheim.de

Coordenação do projeto:
Prof. Dra. Michèle Wessa



Com o apoio de:



zi

**Fortes na prestação de cuidados diários:
Compreender os fatores de proteção para o stress na prática de enfermagem**

Participe no nosso estudo

Zentralinstitut
für Seelische
Gesundheit

XR²ESILIENCE- Tecnologias imersivas para promover a resiliência e a saúde mental dos profissionais de saúde

Caro(a) enfermeiro(a),

Convidamo-lo(a) cordialmente a participar no nosso estudo online , no âmbito do projeto europeu XR2ESILIENCE.

este é um projeto internacional que tem como objetivo compreender melhor as exigências enfrentadas pelos profissionais de saúde, oferecer-lhes mais apoio e reforçar a sua resiliência, especialmente em situações de stress na vida profissional quotidiana. Resiliência significa adaptar-se bem às adversidades, mantendo ou recuperando rapidamente a saúde mental.

Enquanto profissional de saúde, conhece a realidade da prestação de cuidados de saúde na primeira pessoa, e é exatamente por isso que a sua experiência é tão valiosa para nós!

Sobre o que trata este estudo?

Queremos compreender o que torna os profissionais de saúde mais fortes psicologicamente e de que forma o stress, na vida quotidiana e no contexto profissional, afeta a sua saúde mental.

Quem pode participar?

Pode participar se trabalhar como enfermeiro(a) num hospital e se:

- tiver entre 18 e 65 anos de idade,
- trabalhar atualmente pelo menos dez horas por semana,
- tiver muito bons conhecimentos de português e
- tiver acesso a um dispositivo com acesso à Internet.

Não pode participar se:

- estiver a passar por uma crise psicológica aguda (por exemplo, ideação suicida) ou
- sofrer de esquizofrenia ou de outra perturbação psicótica

Porque é que vale a pena participar?

- Receberá uma compensação financeira, que aumenta com a duração da sua participação. No total, pode receber até 106 euros.
- Os resultados deste estudo contribuirão, a longo prazo, para o desenvolvimento de um programa de treino de resiliência direcionado para profissionais de saúde.

Como é que o estudo funciona?

O estudo realiza-se inteiramente online. Pode participar utilizando um computador, um computador portátil ou um tablet.

De dois em dois meses, irá preencher um questionário, cujo link receberá automaticamente.

A duração total do estudo é de de 2,5 anos (16 inquéritos).

O primeiro questionário demora cerca de uma hora, porque contém perguntas gerais (por exemplo, idade, género).

Posteriormente, os inquéritos alternam entre uma versão curta (cerca de 15-20 minutos) e uma versão mais longos (cerca de 45 minutos). Os inquéritos curtos serão enviados de dois em dois meses e os mais longos de dez em dez meses.

O que acontece aos dados recolhidos?

O estudo respeita as normas de proteção de dados em vigor, bem como o sigilo médico. Os seus dados serão tratados de forma estritamente confidencial.