

Preservar a saúde mental tornou-se ainda mais importante no contexto da pandemia do coronavírus. Os riscos à saúde física e as mudanças bruscas na rotina nesse período são fontes de estresse que podem comprometer o bem-estar. A boa notícia é que certas práticas cotidianas podem ajudar a reverter esse quadro, como mostra a reportagem sobre os conteúdos informativos organizados pela Divisão de Saúde do Trabalhador (DISAT). Entre as dicas de autocuidado estão evitar a sobrecarga de informações, manter uma boa rede socioafetiva, mesmo a distância, e realizar atividades que ajudem a relaxar e focar no momento presente.

Também reunimos dicas sobre o uso da plataforma de vídeo/webconferência MCONF, que contribui para que os profissionais do INCA mantenham o fluxo de trabalho durante o período de isolamento social. Com testes rápidos e um breve planejamento antes dos encontros virtuais, o usuário consegue ter uma boa experiência na ferramenta em reuniões, aulas ao vivo, defesas de teses, mesas-redondas e webinars.

O Informe INCA traz, ainda, a retomada do Ciclo de Palestras da Coordenação de Pesquisa e do Programa de Pós-Graduação em Oncologia, agora em formato remoto. No evento de abertura, o tema debatido foi O tratamento de câncer em tempos de Covid-19: um estudo inédito e pioneiro no Brasil, conduzido por pesquisadores do Instituto. A conclusão é que pacientes oncológicos têm risco alto de morrer ou desenvolver complicações graves, em caso de infecção pelo novo coronavírus.

Outro assunto abordado na edição de julho é a divulgação do Plano Estratégico do INCA para o período 2020-2023. Elaborado pela Divisão de Planejamento (DIPLAN), a partir de um esforço coletivo da diretoria e das macroáreas, o documento apresenta estratégias que podem promover a integração dos setores e aprimorar os processos de trabalho.

A edição completa estará disponível na área do Informe INCA na Intranet.

Boa leitura!

O INCA produziu uma série de cards para os profissionais da assistência com recomendações importantes para a prevenção contra o novo coronavírus.

Os cinco conteúdos, publicados na Intranet e compartilhados nos grupos de WhatsApp dessas equipes, reúnem instruções sobre uso de máscaras e óculos de proteção, orientações para quando houver suspeita de casos de Covid-19 durante a internação em enfermaria compartilhada e diretrizes para cirurgias no HC I em tempos de pandemia.



MAIS NA INTRANET: Confira os cards em <https://tinyurl.com/yylzz9fu> e <https://tinyurl.com/y25z4874>

A fim de estimular o aperfeiçoamento contínuo, a Divisão de Desenvolvimento de Pessoas (DIDEP) selecionou cursos a distância com inscrições abertas. Voltada para o público em geral, a capacitação em *Gestão de Riscos em Processos de Trabalho* tem carga horária de 20 horas. Para os profissionais atuantes na área de logística e compras públicas, há a opção de aulas sobre *Sustentabilidade na Administração Pública*, em 28 horas. Já o treinamento em *Fiscalização de Contratos Administrativos Cidadãos*, de 5 horas, tem como público-alvo servidores, agentes públicos e cidadãos em geral. Além desses, há uma série de cursos da Escola Nacional de Administração Pública.

MAIS NA INTRANET: Confira a lista completa de cursos e links para inscrições em <https://tinyurl.com/y5jyrd3c> e <https://tinyurl.com/yjyz6vw8>

A Divisão de Administração Hospitalar do HC I inaugurou a Central de Marcação de Consultas dos ambulatórios da unidade. O serviço agora conta com ramais e profissionais exclusivos: estão disponíveis quatro números de telefone e quatro recepcionistas, instaladas em uma nova sala no térreo, próxima à Supervisão da Recepção. Além disso, o horário de atendimento foi ampliado e funciona das 7h às 17h, sem intervalo na hora do almoço. A Central destina-se a agendamentos por telefone - os presenciais continuam sendo feitos nos próprios ambulatórios.

informe INCA

Ano XXIV | Nº-397 | JULHO 2020
Instituto Nacional de Câncer José Alencar
Gomes da Silva

Praça Cruz Vermelha 23,
CEP. 20.230-130 | Rio de Janeiro - RJ
www.inca.gov.br

Informativo interno mensal do Instituto Nacional de Câncer José Alencar Gomes da Silva, produzido pelo Serviço de Comunicação Social/INCA. Edição Digital. Edição: Fernanda Rena. Redação e reportagem: Giselle de Almeida e Mariana Coutinho (Agência Comunicar). Revisão: Fernanda Gouveia. Colaboração: equipe Comunicação/INCA. Serviço de Comunicação Social (tel.: (21) 3207-5962): Marise Mentzinger (chefe), Adriana Rossato, Andrea Silva, Carlos Júnior, Carolina Souza, Daniella Daher, Elaine Oliveira, Eliana Pegorim, Gustavo Furtado, Ingrid Trigueiro, Luiza Real, Marcelo Chagas, Marcelo Mello, Marcio Albuquerque, Marcos Vieira, Nemézio Amaral Filho, Paula Bastos e Ricardo Barros. Projeto Gráfico: Joaquim Olímpio (Agência Comunicar). Diagramação e prod. gráfica: Joaquim Olímpio, Layanne Costa e Gabriel Córdova (Agência Comunicar). Fotografia: Carlos Leite, Ricardo Barros (INCA) e Tatiana Freitas (Agência Comunicar). Impressão: WalPrint. Grupo de Comunicação Social: Alessandra Evangelista (Gestão de Pessoas); Angela Coe Camargo da Silva e Raquel Célia Vieira Santana (Coordenação de Assistência); Bruna Rodrigues (INCAvoluntário); Érica Tavares (Ensino); Dulce Couto (HC I); Micheli Souza (HC II); Neusa Cesária da Motta (HC III); Lidiane Bastos (HC IV); Rosa Teixeira (COAGE); Cecília Silva (Pesquisa); Ricardo Maceira (Afinca); Guilherme Costa (Direção-Geral); Alessandra Trindade e Alexandre Octávio (SE-CONICQ), Jaqueline Pimentel (Assessoria de Relacionamento), Mauro Carneiro (Engenharia).