

Diálogos com a Dra. Marcia Abel

30/11/2020

Planejamento

A crise sanitária da Covid-19 impôs como medida de prevenção o isolamento social. Diante deste cenário, o comportamento diário foi alterado bruscamente e novas formas de agir apareceram e reinvenção passou a ser a palavra de ordem. Seguindo o caminho do digital, o programa Diálogos foi formatado para a versão online e chegou a lugares distantes.

Antes de 2020 acabar, haverá a última edição do programa com o tema “Liderança, bem-estar e qualidade de vida” apresentado pela Dra. Marcia Abel, Neurocientista, Fisiologista, Mestre e Doutora em Patologia Experimental e Comparada pela USP. Possui atuação profissional direcionada à formação de pessoas, professores e profissionais do ambiente corporativo, com foco na construção da percepção e vieses perceptivos, linguagem, estresse, qualidade de vida, bem-estar e envelhecimento.

Em uma live produzida pelo Sebrae, a doutora explica que apesar de qualidade de vida e bem-estar serem processos íntimos, eles são diferentes dentro de suas essências. “Qualidade de vida é um constructo que tem como base a percepção que o indivíduo tem sobre sua posição na vida, com base no seu conjunto de valores, no seu contexto social...qualidade de vida está ligado a um projeto pessoal”, diz Marcia.

Em relação ao bem-estar, a doutora enfatiza que “bem-estar tem a ver com questões onde as emoções positivas são maiores que as negativas, tem a ver com engajamento e propósito”.

De fato, a pandemia trouxe em seu bojo uma série de outros problemas, incluindo a saúde mental dos trabalhadores. Se antes esse era um tema

desprezado, hoje muitas organizações percebem a importância de investir na promoção da saúde e bem-estar.

O último Diálogos acontecerá no dia 10 de dezembro às 09h30 no canal do Youtube da Escola de Liderança do Paraná.

[Inscreva-se aqui.](#)