

# DNA BMA Episódio #59: Saúde mental: a importância de falar a respeito

16.11.2023 1 minuto de leitura

## Assuntos

Giovani Menicucci DNA BMA

Felipe Galea

► Ouça no Spotify — DNA BMA Episódio #59: Saúde mental: a importância de falar a respeito

Discussões sobre depressão, ansiedade e estresse vêm crescendo no ambiente corporativo. Compreender que isso pode acontecer com qualquer um a qualquer momento é o primeiro passo para que empresas e funcionários estejam atentos aos sinais que a dinâmica cotidiana apresenta e possam intervir de forma precoce e ajudar quando necessário. Dessa forma, é possível auxiliar com ajuda profissional e com uma rede de apoio, duas das ferramentas mais importantes em questões de saúde mental.

O 59º episódio do DNA BMA contou com a participação de João Vieira de Almeida, Senior Partner da Vieira de Almeida Advogados, um dos maiores escritórios em Portugal. Em um relato bastante pessoal, ele conta sobre os desafios que já enfrentou em relação a saúde mental e divide estratégias para enfrentar essa realidade com a importância e a seriedade que o tema necessita.

A apresentação desse episódio é do nosso sócio-gestor de Pessoas e membro do Comitê Bem-estar, Felipe Galea, e do nosso advogado em Brasília, Giovani Menicucci.