

Comemorado há mais de 30 anos, o dia 15 de julho marca o Dia Nacional do Homem. A data foi instituída em 1992 e tem como objetivo incentivar a prevenção da saúde masculina.

Para registrar esse dia e a importância da conscientização sobre os cuidados com a saúde física e emocional, a Fundação REFER convidou os empregados para participarem de palestra com o tema Autocuidado: uma medida saudável para o homem.

Na abertura do evento, a gerente de Gestão de Pessoas da Fundação, Edilaine Garcez, reafirmou a relevância da data, parabenizando aos que reservaram esse tempo para aprender mais sobre o assunto.

Em seguida, passou a palavra ao presidente da REFER, Ronaldo Magalhães, que falou sobre a importância da reflexão e do cuidado permanente com a saúde física e emocional. Abordou, ainda, sobre o papel do homem na sociedade do século XXI e a relação social entre os gêneros.

A palestra sobre o autocuidado foi conduzida pela enfermeira Amanda Gonçalves das Neves, que possui especialização em Saúde do Adulto e Idoso pela Universidade Federal Fluminense (UFF). Dentro do tema principal foram abordados: hábitos saudáveis, principais doenças que afligem a população masculina, fatores de risco, prevenção e tratamento, além de estatísticas importantes. Ao final da apresentação, os empregados puderam esclarecer suas dúvidas e compartilhar experiências.



Acesse o pdf da apresentação, clicando na imagem abaixo:



Fonte: [REFER](#), em 17.07.2023.