

COVID-19 : sugestões para gerenciar suas emoções

Alguns sinais de estresse a observar

Alguns fatores fragilizantes

- Traumas passados
- Dificuldades com a saúde mental
- Doenças crônicas
- Barreiras linguísticas
- Dificuldades em contatar um intérprete
- Perda das referências socioculturais
- Emprego em serviços essenciais
- Perda de emprego / de renda
- Dificuldade de abastecimento alimentar

