

# Luto

---

## Cuidados para retomada ao trabalho presencial



**Muitos colegas tiveram familiares e amigos falecidos neste período pandêmico. Não sabemos qual o nível do sofrimento que a pessoa ainda pode estar sentindo. Por este motivo é necessário e recomendamos o cuidado respeitoso. Procure compreender generosamente o sofrimento e o tempo de sofrimento dos colegas de trabalho, sem julgamento, simplesmente acolhendo.**

**O período de luto é composto por vários sentimentos que se misturam e intercalam podendo causar instabilidade emocional, cognitiva e orgânica.**

**Sentimentos como tristeza, desânimo, raiva, culpa, também ansiedade, medo, dificuldade para dormir e se concentrar, insônia, desinteresse pelas tarefas e choros repentinos são alguns dos sentimentos e situações que podem ser vividas por pessoas enlutadas que convivem conosco no ambiente de trabalho.**

**Como colega, experimente oferecer escuta e respeito. E, se precisar, incentive colegas enlutados(as) que busquem a equipe de psicologia da CASST. Falar, faz bem, falar com uma escuta profissional, mais ainda!**

**Neste momento de retomada  
gradual do trabalho presencial, a  
CASST conta com a ação de cada  
servidor(a) para termos um retorno  
seguro para todos.**