JUSSARA SITA

DRA.

JUSSARA SITA



QUEM É

JUSSARA SITA

Jussara Sita é médica há mais de 36 anos e especialista em saúde emocional. Com experiência clínica e olhar integrativo, ela apoia líderes e equipes a desenvolverem equilíbrio e relações mais humanas.

Em suas palestras, une sensibilidade, prática e casos reais para gerar reflexões transformadoras.



JUSSARA SITA



PALESTRA 01

Alta Performance Começa por Dentro: Emoção, Presença e Resultado

Nessa palestra, **Jussara Sita** mostra que a alta performance não se sustenta apenas em metas e pressão, mas também em equilíbrio emocional, presença e consciência nas escolhas.

Ela conecta **emoção**, **comportamento** e resultado como partes de uma performance mais inteligente, humana e duradoura. Com linguagem acessível, exemplos reais e reflexões que geram identificação, Jussara conduz o público a compreender como **pequenas mudanças internas podem** impactar **a produtividade, as relações e os resultados.**

PALESTRA 02

Menos Automático, Mais Humano:
O Novo Jogo da Performance nas Organizações

O piloto automático no trabalho tem gerado esgotamento, conflitos silenciosos e queda na qualidade das entregas. Nesta palestra, Jussara Sita provoca uma reflexão sobre o impacto da desconexão, do excesso de tarefas e da falta de presença na saúde emocional e na performance das equipes.

Com exemplos do cotidiano profissional, convida o público a reconhecer padrões automáticos e descobrir como pequenas mudanças de consciência podem gerar grandes transformações.





PALESTRA 03

Cultura do Cuidado:

O Caminho Mais Curto Entre Pessoas Saudáveis e Empresas Fortes

Empresas que desenvolvem uma cultura de cuidado constroem equipes mais engajadas e resultados mais sustentáveis.

Nessa palestra, Jussara Sita aborda como **a ausência do cuidado tem adoecido pessoas, fragilizado equipes e comprometido resultados nas organizações.** Ela mostra por que a cultura do cuidado deixou de ser um tema sensível para se tornar uma estratégia essencial para empresas que buscam crescimento sólido, clima saudável e equipes engajadas.

O conteúdo é apresentado de forma acessível, combinando ciência, experiência prática e exemplos reais do dia a dia corporativo. Jussara conduz a palestra com uma linguagem humana e ao mesmo tempo objetiva, criando um ambiente de reflexão profunda, identificação e consciência, sem perder o foco nos resultados.



PALESTRA 04

Presença é Produtividade:

Como a Consciência Emocional Transforma Resultados

A falta de presença impacta diretamente as decisões, as relações e a produtividade nas empresas.

Nessa palestra, Jussara Sita mostra como a **falta de presença tem impacto diretamente as decisões, as relações e a produtividade nas empresas.** Ela conecta consciência emocional, foco e autoconsciência como pilares essenciais para resultados mais consistentes, saudáveis e sustentáveis no ambiente corporativo.

A condução é feita de forma clara, humana e envolvente, unindo situações reais da área da saúde e do comportamento humano com desafios comuns do trabalho. Jussara usa exemplos práticos e provocações que fazem o público se enxergar na própria rotina, facilitando aplicação imediata dos aprendizados.

PALESTRA 05

Além do Toque:
O Corpo, a Mente e a Cura na Saúde da Mulher

Uma visão psicanalítica e médica sobre prevenção, autocuidado e a coragem de habitar a própria história.

Nessa palestra, a Dra. Jussara Sita apresenta uma **visão integral da saúde da mulher**, conectando os **cuidados físicos**, a **saúde emocional** e a importância **da prevenção**. A partir de sua experiência de quase quatro décadas na Oncologia Pediátrica e de seus conhecimentos em Psicanálise, aborda como as emoções, os silêncios e a relação da mulher com o próprio corpo influenciam sua qualidade de vida. A palestra reforça a importância do autocuidado, da escuta de si e do protagonismo feminino na construção de uma vida mais saudável e equilibrada.

Com uma **abordagem acolhedora, científica e humana**, Jussara une conhecimentos da Medicina e da Psicanálise para ampliar a compreensão sobre a saúde feminina. Por meio de reflexões sobre os desafios e as exigências vivenciados pelas mulheres, desmistifica o medo dos diagnósticos, valoriza o cuidado preventivo e estimula uma relação mais consciente com o corpo e as emoções, incentivando atitudes práticas de cuidado com a saúde física e emocional.





Principais Clientes

JUSSARA SITA

IDIOMA QUE SOMMA

UFT
UNIVERSIDADE FEDERAL DO TOCANTINS

MINISTÉRIO DA SAÚDE

Grupo Mulheres do Brasil

CENTRO DE PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES – CEPIC

FRGG
SÍNDICO PROFISSIONAL

Entre em Contato

(41) 99591-1965

palestras@jussarasita.com.br

@drajusita

Jussara Sita




JUSSARA SITA