Mídia Kit

IZABELLA CAMARGO

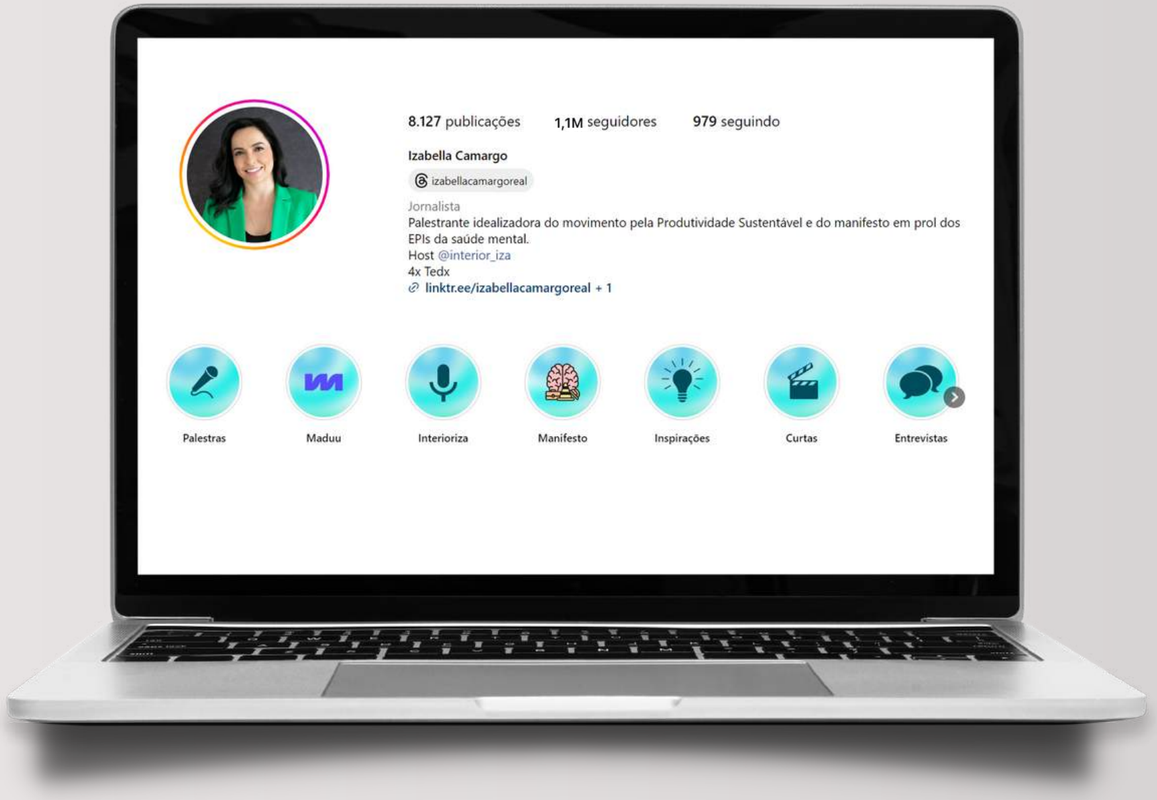
2025

- Mais de **800 mil pessoas** já participaram das palestras e treinamentos da especialista em comunicação, que aborda todos os elementos para a educação em saúde mental de líderes e liderados no Brasil, Europa, África e EUA.
- Idealizadora do movimento pela **PRODUTIVIDADE SUSTENTÁVEL** e do Manifesto em prol da criação dos EPI's da saúde mental.
- Embaixadora do movimento gerar bem-estar da ABQV - Associação Brasileira de qualidade de vida.
- **Apresentadora** do programa de entrevistas **Interioriza,** com assuntos que já passaram do tempo de interiorizarmos;
- **Autora do best-seller DÁ UM TEMPO**, Como encontrar limite em um mundo sem limites, Globo Livros e do livro caixinha Enfrente o Estresse, Matrix Editora;
- **LinkedIn top Voice** e eleita como a maior influenciadora de RH pelo P**rêmio IBes**t em 2023.
- Reconhecida como uma das **5 palestrantes mais influentes do Brasil pelo Top of Mind 2024.**
- 4x TEDx Speaker
- É **facilitadora em treinamentos de segurança psicológica e gerenciamento do estresse.**
- Trabalhou como repórter e apresentadora das TVs Globo, Band e SBT.

MM7 PALESTRAS

Números

+2m nas redes sociais



@izabellacamargoreal

passe o mouse sobre a logo e vá direto para cada página.

1.154mi de seguidores - @izabellacamargoreal

+17.5M de contas alcançadas no mês de Novembro

14.6k de seguidores - @interior_iza

7.5k seguidores na comunidade do instagram

65.2k seguidores

49k seguidores

200k visualizações em média por Live

31k seguidores

170k seguidores

94k seguidores

233k seguidores

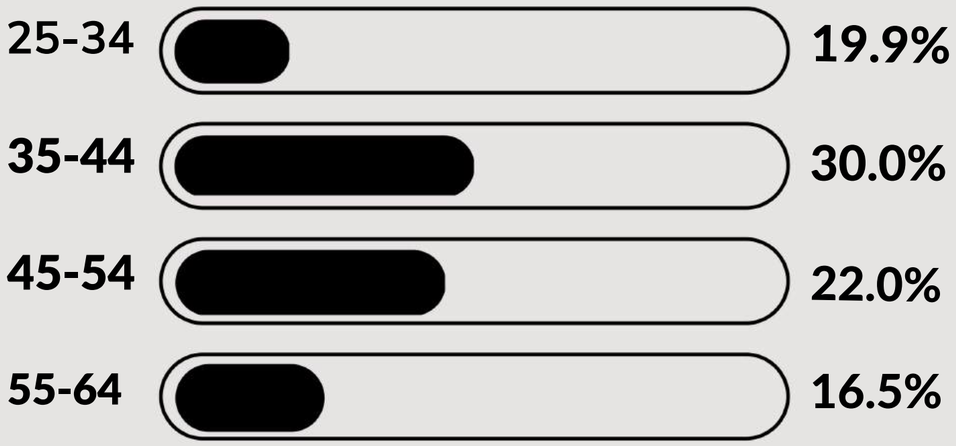
9k seguidores

250k seguidores

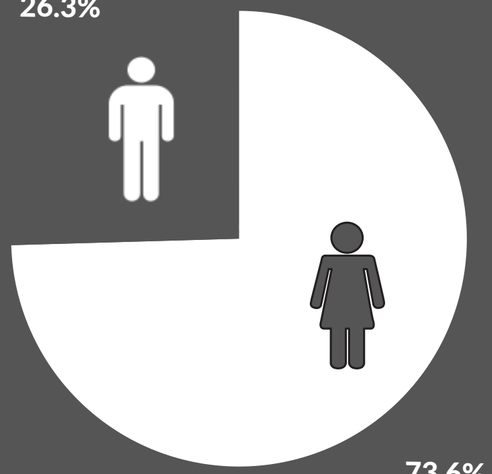
14.7k seguidores

MM7 PALESTRAS

Faixa Etária



Público



@izabellacamargoreal

Segmentos

- Saúde mental
- Inteligência emocional
- Gestão do tempo
- Produtividade sustentável
- Mulher
- Gerenciamento de stress

MM7 PALESTRAS

Na imprensa

Clique nos títulos para abrir.

NEW

CLAUDIA

“Saúde mental não é privilégio, é direito”

Izabella Camargo lança manifesto pela criação de equipamentos de proteção individual (EPIs) da saúde mental

Por **Izabella Camargo**

Atualizado em 30 Maio 2024, 12h49 - Publicado em 29 Maio 2024, 20h00

“Saúde Mental nao é privilégio, é direito”

ISTOÉ

“SAUDE MENTAL É UM DIREITO, NÃO É PRIVILÉGIO DE NINGUÉM”

Por Luiz Cesar Pimentel

Em agosto de 2018, a então apresentadora da Rede Globo Izabella Camargo fazia a previsão do tempo quando teve um apagão ao vivo. Ao chegar ao estado natal, Paraná, ela não lembrava o nome da capital Curitiba. Teve diagnosticada síndrome de burnout (causada pelo stress excessivo relacionado ao trabalho), foi afastada e quando voltou ao trabalho, foi demitida. Irônica e paralelamente, ela estava escrevendo seu primeiro livro, *Dá um Tempo*, justamente

ESCOLHAS
"Sabedoria é a consciência de que sem saúde mental não há saúde"

"Saúde mental é um direito, não é privilégio de ninguém"

exame 55 anos

LOGIN

Home › Carreira

Conheça a produtividade sustentável, um antídoto à síndrome de Burnout

Promovido pela Cia de Talentos e Bettha.com, o evento online RESET discutiu tendências para o futuro do trabalho e teve a participação de celebridades como a cantora Anitta e a influenciadora Viih Tube

Modo escuro

"Produtividade sustentável, um andídoto á Burnout"

NEW

exame.

“O problema do burnout não é o trabalho, é o assédio no trabalho”, diz Izabella Camargo

Descubra 6 tipos de assédio que todo RH precisa combater para promover bem-estar no ambiente corporativo

“O problema do burnout não é o trabalho, é o assédio no trabalho”

NEW

MENU

veja

ENTRAR | ASSINE BUSCAR

VEJA NEGÓCIOS RADAR RADAR ECONÔMICO POLÍTICA SAÚDE MUNDO CULTURA ESPORTE AGENDA VERDE

PRIMEIRA PESSOA

Izabella Camargo, que sofreu burnout: “Fiquei um ano sem dirigir”

Cinco anos depois, a jornalista se reinventou como uma voz em prol da saúde mental

Por **Paula Felix**

Atualizado em 8 mar 2024, 15h00 - Publicado em 8 mar 2024, 06h00

“Fiquei um ano sem dirigir”

3x TEDx SPEAKER

Clique pra assistir

“Produtividade Sustentável”

Clique pra assistir

"O perigo de amar demais o seu trabalho"

Clique pra assistir

"Como você vai desacelerar quando o mundo quer que você acelere?"

MM7 PALESTRAS

Palestras e Workshops

Mais de **800 mil pessoas já participaram** das palestras da jornalista, que oferece vários conteúdos adquiridos durante muitos anos de pesquisa sobre gestão do tempo, saúde mental e evoluções tecnológicas.

> ***A palestra da Izabella foi excepcional, muito boa e divertida.***
> Realizamos pesquisa de satisfação com os participantes e todas elogiaram, disseram que foi a melhor palestra, um show à parte, e que a Izabella que tem o dom de transmitir o conhecimento. Além disso, ela sabe conduzir de forma leve trazendo exemplos vivos, fazendo com que todos se envolvam no tema.
>
> **Sabrina Lahuerta**
> **SindusFarma**

NPS = 88

Fonte: + de 600 avaliações em palestra para a XP.

> ***O bate-papo com a Izabella foi revigorante.***
> A Iza consegue falar de um tema tão sensível, em um momento delicado, com leveza, empatia e humanidade. Suas palavras transmitiram otimismo e confiança para evoluirmos com as questões de saúde mental dentro da companhia.
>
> **Gabriel Barreto,**
> **XP Inc.**

> ***Palestra Sensacional!***
> Quando a palestra é boa, a gente não ve o tempo passar.
>
> **Janaína Duarte,**
> **Sest/Senat**

> ***Palestra com comunicação direta e envolvente.***
> Uma comunicação tão assertiva, que é de arrepiar
>
> **Joaquim Max,**
> **Psi Empauta**

MM7 PALESTRAS

Palestras:

1. Cadê os EPIs da Saúde Mental?

Já se preparou para as atualizações dos riscos psicossociais da NR-1 em 2025?

Já se preparou para as atualizações dos riscos psicossociais da NR1 em 2025?Já se preparou para as atualizações dos riscos psicossociais da NR1 em 2025?

A partir de maio a sua empresa vai precisar se adequar à maior alteração dos últimos 40 anos da NR-1, que passa a incluir os **riscos psicossociais no ambiente de trabalho** para evitar doenças e acidentes ocupacionais relacionados à saúde mental e consequentemente a perda de produtividade.

Izabella lidera o **1ª manifesto mundial em prol da criação dos EPIs de saúde mental** e tem divulgado, dentro de empresas do setor público e privado, uma mensagem coerente sobre **responsabilidade (CNPJ) e autorresponsabilidade (CPFs)** para a preservação e manutenção da saúde mental, assim como os EPIs - equipamentos de proteção individual – para riscos físicos já são obrigatórios durante o exercício de uma determinada atividade desde 1977.

O **letramento** do assunto é fundamental e depende de repetição para a conscientização. Em sua palestra, Izabella aborda os **EPIs da saúde mental** que precisam ser reconhecidos (como a prática da segurança psicológica, por exemplo) e também reforça e estimula a **autorresponsabilidade** de cada funcionário para que comportamentos tóxicos sejam eliminados e também contribuam para um ambiente com menos ou sem riscos psicossociais.

MM7 PALESTRAS

MM7 PALESTRAS

Palestras:

2. Produtividade Sustentável

Queremos um mundo sustentável, mas estamos trabalhando de forma saudável? É possível equilibrar objetivos pessoais e profissionais com informações e decisões coerentes, garantindo a sustentabilidade dos negócios.

Conteúdo: segurança psicológica e atualização de identidade.

3. Saúde Mental e Inteligência Emocional

Precisamos descomplicar a saúde mental para promover a autorresponsabilidade, o autocuidado e assim contribuir para a inteligência emocional das equipes.

Conteúdo: identificação de comportamentos tóxicos e prevenção de problemas de saúde invisíveis (depressão, ansiedade e burnout).

4. Gerenciamento do Estresse

Não podemos controlar as situações que podem provocar estresse ao longo do dia, mas podemos administrar como vamos reagir diante delas.

O gerenciamento do estresse é o único caminho para lidar com os imprevistos diários e assim manter uma vida produtiva e sem doenças.

Conteúdo: letramento do estresse e técnicas de improviso.

5. Gestão do Tempo

O tempo está passando mais rápido ou estamos passando mais rápido por ele? Fazer as pazes com o tempo é essencial para gerenciar o estresse e prevenir os adoecimentos. Este tema é a base do best-seller DÁ UM TEMPO! Como encontrar limite em um mundo sem limites, Globo Livros.

Conteúdo: contratos de tempo e treinamento do não.

MM7 PALESTRAS

Palestras:

6. Compreendendo e Prevenindo a Síndrome de Burnout

A síndrome de burnout atinge mais de 30 milhões de brasileiros e entrou para a lista de doenças relacionadas ao trabalho pelo Ministério da Saúde em 29/11/23.

Afeta o indivíduo, o ambiente e a reputação das empresas. Este conteúdo é essencial para lideranças e/ou liderados compreenderem direitos e deveres e como podem atuar na prevenção, tratamento ou reabilitação.

Conteúdo: sinais e sintomas para a prevenção da síndrome de burnout

7. Adaptablidade

A inovação é premissa básica para a sustentabilidade dos negócios. Quanto mais inovação, mais mudanças. Como manter o foco e a produtividade sem perder a cabeça e a saúde com tantas adversidades, mudanças e necessidades de adaptação?

Conteúdo: Segurança Psicologica e turismo interno/autoconhecimento para a autoconfiança

8. Atualização de Identidade

Tomamos 35 mil decisões por dia, e só vamos fazer boas escolhas quando atualizarmos a própria identidade. O turismo interno/autoconhecimento é a única saída coerente para uma vida produtiva e com sentido.

Conteúdo: teoria e prática para a atualização de identidade.

9. Mulheres, como se proteger do estresse?

As mulheres são mais propensas ao desenvolvimento do estresse crônico e outras patologias relacionadas à saúde mental. A atualização de identidade é fundamental para o equilíbrio de muitas funções sem perder a cabeça, a autoestima e a produtividade.

Conteúdo: atualização de identidade e inteligência emocional.

Todas as palestras podem ser apresentadas de forma personalizada para líderes e/ou liderados com os ajustes necessários de acordo com a demanda da empresa.

Letramento Liderança / Rodas de Conversa

5 encontros presenciais ou on-line para a capacitação de temas essenciais e atuais para as lideranças.

1. Produtividade Sustentável para alcançar os objetivos sem prejuízos pelo caminho.

2. Alfabetização das emoções para a preservação do tempo e energia.

3. Comunicação não violenta para a dinâmica de feedbacks.

4. Gerenciamento do Estresse para a sustentabilidade dos negócios.

5. Segurança psicológica e o letramento do assédio.

Os temas podem ser ajustados de acordo com as necessidades da empresa e das equipes.

MM7 PALESTRAS

Clique na imagem para saber mais sobre a Palestra da Izabella Camargo com Thiago Godoy “Saúde Mental & Saúde Financeira”

MM7 PALESTRAS

Quer anunciar no Interioriza? Clique aqui

MM7 PALESTRAS

MM7 PALESTRAS

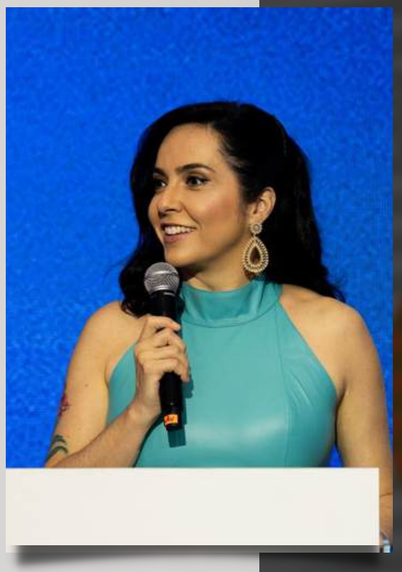
INTERNACIONAL

Izabella palestrou e mediou diversos eventos em **2023 e 2024 nos** EUA para o Lide Miami, Ferrari of Fort Lauderdale, IME USA em Boca Raton e BR Nation Talks em Miami.

Em **Paris** lançou o livro "Dá Um Tempo" no Carrossel do Louvre para toda comunidade brasileira da França.
Fez **palestra guiada pelas obras do Museu do Louvre** e Universidade Paris Saclay a convite do Caese.
Recebeu o prêmio da Divine Academie pelos serviços prestados a humanidade.

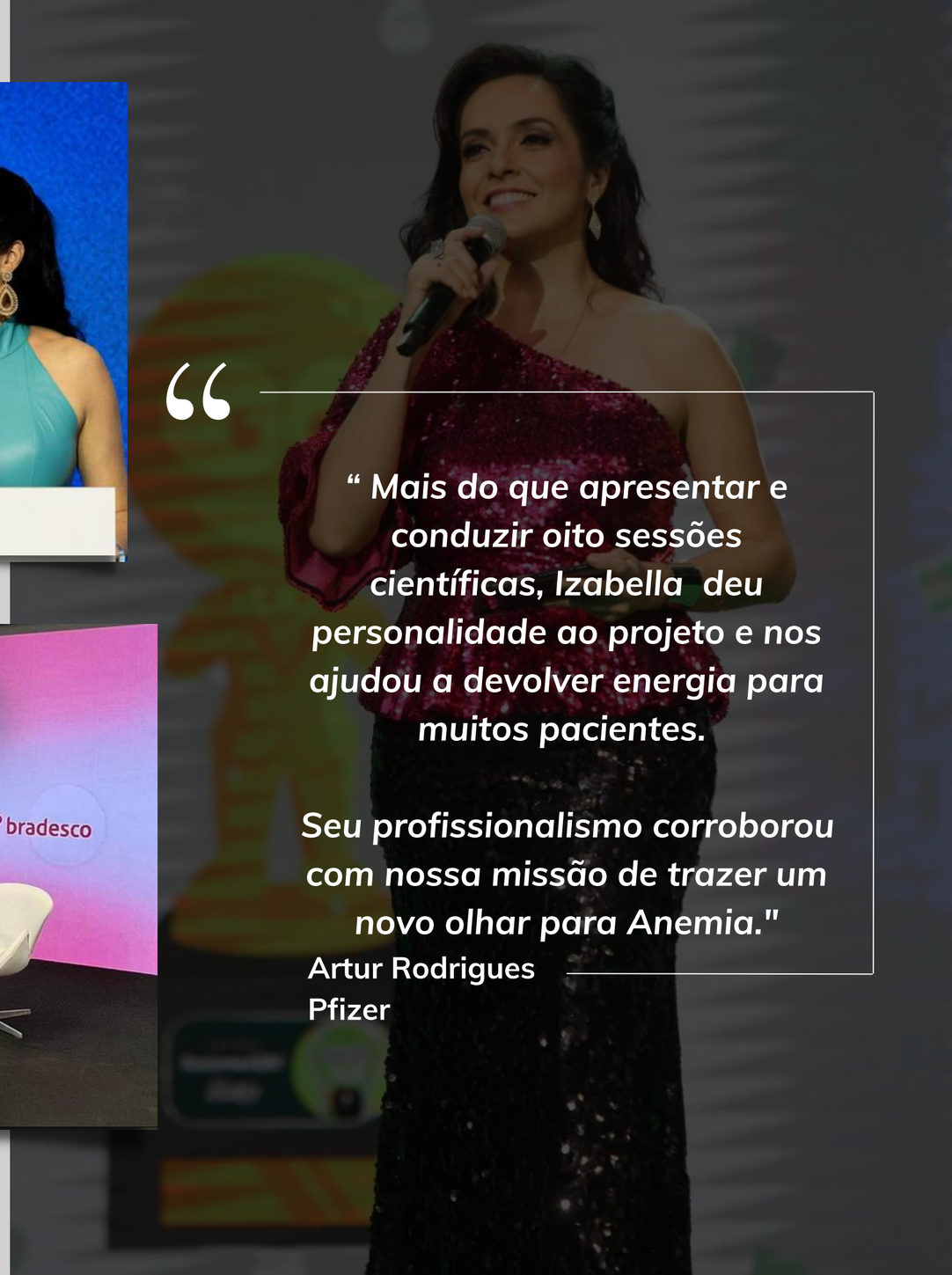
Em Angola palestrou sobre comunicação assertiva para lideres e liderados da ANP, Agência Nacional de Petróleo em 2024.

Apresentadora, Mediadora e Mestre de Cerimônias



A experiência de mais de 20 anos à frente de programas ao vivo na TV permite que Izabella **apresente e medie eventos presenciais ou digitais com dinamismo, muito jogo de cintura e preparo para lidar com imprevistos.**

Como mestre de cerimônias, atua há mais de **25 anos** em eventos nacionais e internacionais.



“ Mais do que apresentar e conduzir oito sessões científicas, Izabella deu personalidade ao projeto e nos ajudou a devolver energia para muitos pacientes.

Seu profissionalismo corroborou com nossa missão de trazer um novo olhar para Anemia."

Artur Rodrigues
Pfizer

MM7 PALESTRAS

Produtos para palestras e eventos

Dá um tempo

Livro (best-seller) e audiolivro

Dá um Tempo! Como encontrar limite em um mundo sem limites, Globo Livros

SAIBA MAIS

Enfrente o estresse

Livro- caixinha

Livro-caixinha Enfrente o Estresse- Matrix Editora.

SAIBA MAIS

Camisetas

*Clique acima para ver produtos by Izabella Camargo

Dedicatórias pós palestra

Dia a dia
de Izabella Camargo

Izabella Camargo inspira milhares de pessoas ao compartilhar conteúdos autênticos e relevantes sobre **autocuidado, gestão do tempo, família, maternidade após os 40 anos e a busca por equilíbrio em todas as áreas da vida**. Com um público fiel e engajado nas redes sociais, ela promove reflexões sobre **saúde mental e bem-estar, mostrando que a vida é única e que é possível vivê-la de forma harmoniosa e integrada.** Ideal para campanhas e ações que **valorizam propósito, conexão e qualidade de vida**..

MM7 PALESTRAS

Clientes

Abbott
ABRASS
ÁGORA
amil
amazon
AstraZeneca
BANCO PAN
BETTERFLY
biolab
Boehringer Ingelheim
BOSCH
bradesco
Bradesco Seguros
CÂMARA DOS DEPUTADOS
CAREPLUS
Cargill
CLARIOS
Claro
CDHU
Correios
CORTEVA
COGEM
copasa
dasa
Electrolux
FAAP
fleury
GALDERMA
GERDAU
GM
Gomes da Costa
Google
GSK
HERBALIFE NUTRITION
HOLDING CLUBE
ifood
ITAÚSA
janssen
Johnson&Johnson
Liberty Seguros
Lilly
MAPFRE
McDonald's
MRV
natura
multi
NIVEA
NOVARTIS
nova nordisk
oBoticário
BR PETROBRAS
Pfizer
Prudential
PORTOCEL
RA
(re)energisa
REDE D'OR SÃO LUIZ
SAMARCO
SCANIA
SEBRAE
SIGVARIS GROUP
sysmex
Takeda
TEDx
teva
TOTVS
Uber
unidas
Unimed
UNIPAR
Valia
VIBRA
VIGOR
xp
WestRock
zenklub
ZODIAC
ZUP

Fale com nosso time:

(11) 98281-4747

Palestras:

mairа@mm7palestras.com.br

Eventos, campanhas e ações para redes sociais:

mairа@mm7producoes.com.br