



Nos últimos anos, temos acompanhado uma mudança significativa na mentalidade das empresas em relação à oferta de programas e iniciativas direcionadas ao bem-estar e cuidado dos seus funcionários. Se há algum tempo a pauta girava em torno do incentivo à atividade física, atualmente há um reconhecimento crescente sobre a importância da saúde emocional dos funcionários e como isso também tem um papel fundamental no sucesso das empresas.

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), problemas relacionados à depressão e ansiedade custam à economia global cerca de US\$ 1 trilhão por ano em perda de produtividade. Além disso, estudos mostram que questões de saúde emocional dos funcionários estão associadas a altos índices de absenteísmo, rotatividade, baixa satisfação e até acidentes no trabalho.

Acrescido a isso, dados recém-divulgados pelo Ministério do Trabalho e Emprego mostraram que o volume de demissões voluntárias registrou recorde em 2023, tendo como uma das principais causas a busca por maior equilíbrio entre vida pessoal e profissional. Isto evidencia o quanto o tema também desempenha um papel importante na retenção e atração de talentos.

A relevância da saúde mental também fez com que a consultoria internacional de clima organizacional, Great Place to Work, certificasse as empresas que dispõem de boas práticas para o cuidado com seus empregados e que também sejam reconhecidas por eles: o selo Great People – Mental Health, do qual a Valia já foi certificada neste ano no Estágio Estratégico.

É preciso olhar para iniciativas concretas que contribuam para o bem-estar emocional dos colaboradores. Além da forte vivência da cultura organizacional, entendemos que desenvolvimento de competências comportamentais, programas de apoio emocional e até mesmo o que chamamos de ‘terça-feira sem reunião’ são apenas algumas das nossas práticas que contribuem para a construção deste espaço saudável para se trabalhar. Vale acrescentar, é claro, o cuidado contínuo ao clima organizacional por meio de pesquisas e metodologias reconhecidas.

Entendo que investir na saúde emocional dos funcionários também pode proporcionar um aumento tangível na produtividade e na inovação. Profissionais que se sentem apoiados e valorizados são mais propensos a se dedicarem ao trabalho, apresentando níveis mais altos de engajamento e desempenho, o que tende a estimular a criatividade e a colaboração.

A saúde emocional dos funcionários não deve ser entendida apenas como um benefício adicional, mas sim como um aspecto fundamental de uma gestão empresarial humanizada e atenta às questões contemporâneas. Afinal, priorizar a saúde emocional vai muito além de contribuir com o negócio: é a coisa certa a se fazer.

---

\*Patrícia Saboya é gerente de Pessoas, Excelência Operacional e Comunicação Interna da Valia

**Fonte:** [Abrapp em Foco](#), em 24.09.2024.