

## Investindo em Bem Estar no trabalho



Kleber Daniel, HR Director South America da Valeo Sistemas Automotivos

### Valeo Sistemas Automotivos

Multinacional europeia, a **Valeo Sistemas Automotivos** é uma empresa fornecedora de produtos automotivos desde 1923. É responsável por abastecer o mercado global em diversos setores, especialmente de fabricantes de automóveis do mundo todo. Para isso, a organização conta com mais 100 mil colaboradores, 184 fábricas, 55 centros de pesquisas e desenvolvimento e 15 centros de distribuição em 33 países. Assim, atua com soluções tecnológicas inovadoras para fomentar a mobilidade inteligente e focada na redução das emissões de CO2.

“A **Valeo** entende que o estresse e outros fatores psicossociais são grandes ameaças ao ambiente de trabalho, aos nossos funcionários e à organização. Entendemos que investir no bem-estar dos colaboradores pode contribuir para a redução de absenteísmo, redução de custos médicos nos planos de saúde e na retenção de nossos funcionários”, afirma Kleber Daniel, HR Director South America da **Valeo Sistemas Automotivos**. Por isso, está mais do que comprovada a íntima relação entre cultura corporativa e potencial econômico. Afinal, estamos falando do ativo mais importante que qualquer organização possui: seus profissionais.

### Por que investir em bem-estar no trabalho?

Saber investir em bem-estar no trabalho é primordial no mundo corporativo atual, diante da grande exposição ao estresse que os profissionais sofrem. De acordo com a Organização Mundial de Saúde, os transtornos psíquicos serão a maior causa de afastamento no trabalho até 2020. O Ministério da Saúde também já mostra como os auxílios-doença relacionados ao trabalho estão ganhando expressividade. E os dados são alarmantes: reações ao estresse grave, problemas de adaptação, episódios depressivos e outros transtornos ansiosos causaram 79% dos afastamentos no período de 2012 a 2016.

Além do aumento das síndromes emocionais, os números mostram um cenário que destaca a necessidade de investimentos em bem-estar dos colaboradores. Afinal, se nada for feito, será difícil manter a produtividade, bem como evitar os prejuízos empresariais. “O aumento no volume de situações de desequilíbrio emocional impacta a qualidade das entregas, a satisfação dos clientes e provoca prejuízo global da ordem de US\$ 1 trilhão todo ano”, explica Carlos Cezar, sócio e consultor da Dynargie Brasil.

### Importância de investir em bem-estar no trabalho

Para Kleber Daniel, investir em bem-estar “não é mais uma moda ou algo praticado por startups. As pessoas buscam trabalhar em empresas saudáveis, que se preocupam com a saúde mental de seus liderados. O equilíbrio entre vida profissional e pessoal é cada vez mais desejado, principalmente por essas novas gerações que buscam e valorizam esse tipo de gestão, e que não irão se vincular a organizações que não tenham políticas de bem-estar no trabalho e os benefícios que elas proporcionam”.

Com um **ambiente mais agradável**, por exemplo, os colaboradores ganham mais qualidade de vida no dia a dia. Isso faz com que tenham mais prazer em realizar suas demandas. Essa satisfação vira energia para se esforçarem e conquistarem cada vez mais excelência. Toda essa atmosfera é sentida pelo cliente. Além de ver um produto bem-feito, o interlocutor consegue enxergar a paixão do profissional e sente a harmonia da empresa.



### Empresas que investem em bem-estar aumentam a produtividade e o lucro

É fato: empresas que investem em bem-estar no trabalho aumentam a produtividade e o lucro, além de reter seus talentos. Para comprovar essa tese, pesquisadores analisaram a relação entre a cultura organizacional e o impacto no desempenho financeiro. O resultado, publicado no artigo [Workplace culture: helping or hurting your business](#), não só confirmou, como tornou essa teoria ainda mais evidente. As organizações que investiram positivamente no local de trabalho obtiveram aumento de 682% no crescimento da receita em 11 anos. Ainda segundo a pesquisa, as companhias que não tiveram esse olhar apresentaram 166% de desenvolvimento financeiro, no mesmo período.

### Como promover bem-estar no trabalho?

Para promover bem-estar no trabalho, a [Dynargie](#) desenvolveu o [Play Well](#), programa de gestão que promove um ambiente mais harmônico e agradável. Para isso, os consultores atuam exatamente no foco da questão: o estresse. Assim, o trabalho oferece ferramentas imprescindíveis para que as pessoas saibam lidar bem com as adversidades do dia a dia.

Na prática, isso significa transformar essa tensão em algo mais produtivo, focando no uso da energia estritamente necessária.

O Play Well funciona de acordo com a necessidade de cada cliente. Isso é, cada empresa tem especificidades que definem como promover bem-estar no trabalho. Por isso, a ideia de obter um passo a passo pronto não existe. Neste trabalho, cada organização, setor, liderança e equipe são únicos. O Play Well identifica as reais necessidades, analisa as dificuldades e compreende os fenômenos que geram o estresse.

### Desafios

“A Valeo tem como uma de suas estratégias

globais uma política de Wellbeing, que no Brasil chamamos de Bem-Estar no Trabalho. Nossa ideia era de começar a fazer o deployment dessa política, reforçando os conceitos de bem-estar no trabalho e sua importância no dia a dia, começando com toda a liderança da organização. A Dynargie tinha esse programa definido, e após uma revisão juntos adequamos a nossa realidade e partimos para ação”, conta Kleber Daniel, HR Director South America da Valeo.

“As pessoas estão sendo obrigadas a rever a forma com que enxergam, pensam e estão no mundo. A sustentabilidade já não é mais um luxo e não se limita à relação com a natureza, ela se estende à relação entre pessoas. Viver em ambientes corporativos sustentáveis será a diferença entre saúde e doença. Gestores e geridos terão que transformar seus comportamentos em benefício de uma relação mais positiva. Diante desse cenário, propício ao desequilíbrio, os gestores da Valeo foram estimulados a refletir sobre diversos aspectos. Em conjunto, eles pensaram sobre os impactos que possíveis situações de estresse provocam em si e como isso afeta as equipes. Consequentemente, toda essa circunstância acaba gerando conflitos que atrapalham o processo de trabalho. Como resultado, a saúde e o bem-estar no ambiente entram em queda, reduzindo a produtividade”, conta Carlos Cezar, sócio e consultor da Dynargie Brasil.

### Solução

A longo do processo, o investimento em bem-estar no trabalho se transforma em solução. O primeiro passo é identificar e admitir a presença do estresse. Em seguida, a tarefa é aprender a gerenciá-lo para obter mais qualidade de vida. Isso significa não só o desenvolvimento do autocontrole, mas aproveitar de forma mais benéfica o próprio nervosismo. Os agentes estressores têm a importante função de preparar corpo e mente para enfrentar uma dificuldade. Quando encontramos equilíbrio emocional, conseguimos extrair o lado positivo dessas reações corporais. Assim, transformamos a



ansiedade, a raiva ou a frustração em impulso para fazer as coisas acontecerem.

Carlos Cezar explica que é um processo de reflexão estruturado e conjunto, que conduz os gestores a compreenderem o que é estresse, suas dimensões, sintomas e impactos. A partir daí eles se tornam protagonistas em identificar alternativas para restaurar o equilíbrio do próprio bem-estar, quando necessário. Consequentemente, restabelecem a harmonia do ambiente e podem influenciar seus liderados.

Através do programa Play Well, o investimento em bem-estar no trabalho traz vantagens e benefícios em cadeia. Isso é possível porque a Dynargie atua como especialista em detectar e solucionar os conflitos dentro de uma organização. Muitas vezes, esses conflitos são, inclusive, desconhecidos pela própria companhia.

Neste aspecto, a **consultoria** tem a prerrogativa de uma visão externa, livre de envolvimento, emoções e perspectivas, analisando dados e investigando os processos de forma mais crítica e lógica.

### Resultados

O investimento em bem-estar no trabalho através do programa Play Well traz inúmeros benefícios. Kleber Daniel listou os principais ensinamentos:

- Muitos fatores de stress levantados pelos participantes não são gerados dentro do ambiente de trabalho e sim por situações pessoais ligadas à família, saúde ou questões pessoais;
- A falta de habilidade da liderança em entender esses fatores geradores e buscar um acolhimento desse sentimento tem impacto direto na potencialização ou não do stress e suas consequências;

- A liderança reconheceu o “Play Well” como uma ferramenta poderosa de suporte à liderança em um assunto que não é ainda muito difundido pelas organizações;
- E por fim, que a própria liderança precisa de uma ferramenta para entender os fatores de estresse, buscar um autogerenciamento e se preparar para apoiar seus liderados.

“Creio que para ambos os líderes e liderados mostraram muita abertura e aderência na prática do Well being no trabalho e nas questões do dia a dia. O assunto é desafiador e requer muita disciplina e atenção à gestão de pessoas. Ainda existe um caminho grande na mudança do “mindset” da liderança no geral para que consigam fazer uma conexão direta entre a prática do wellbeing e os benefícios diretos como uma melhora na produtividade, clima interno e engajamento dos times”, explica o HR Director South America da Valeo.

A Dynargie é uma Consultoria Internacional de Desenvolvimento de Soft Skills. Nascemos na Suíça em 1982 e estamos presente em 13 países. Trabalhamos para fortalecer o **human side of business**, usando uma metodologia própria, que impacta toda a empresa e prepara as pessoas para serem protagonistas das mudanças necessárias para fazer frente às transformações do mundo e nos ambientes de negócios.

Nosso propósito é transformar comportamentos, levando gestores e geridos a construir ambientes naturalmente dinâmicos, usando a energia estritamente necessária para impactar positivamente os resultados.