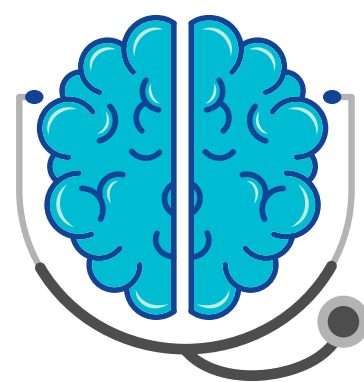


A SAÚDE MENTAL NAS ORGANIZAÇÕES



Estudo realizado pela Flexsaúde e a Stunning Capacity, que contou com a colaboração com a Michael Page, em dezembro de 2020, indica que deverá haver maior investimento e responsabilidade por parte das empresas, a par com uma estratégia integrada para a saúde mental. Foram questionados 24 quadros médios e superiores de empresas em Portugal.

QUE FATORES ORGANIZACIONAIS MAIS CONTRIBUEM PARA A DEGRADAÇÃO DA SAÚDE MENTAL DOS COLABORADORES?

96%

Níveis de stress dada a natureza da função

91%

Relações interpessoais no trabalho

88%

Horários de trabalho

A maioria dos entrevistados atribui também especial importância ao **volume e ritmo de trabalho**, como sendo dos fatores com maior agravamento.

QUE FATORES SOCIAIS E INDIVIDUAIS MAIS CONTRIBUEM PARA A DEGRADAÇÃO DA SAÚDE MENTAL DOS COLABORADORES?


Pandemia	83%
Escassez de recursos do colaborador	80%
Acontecimentos traumáticos pessoais	79%

QUAL O NÍVEL DAS ORGANIZAÇÕES FACE AO BEM-ESTAR E SAÚDE MENTAL DOS COLABORADORES?

58%	Responsabilidade partilhada a entre a organização e o colaborador
29%	Organização é mais responsável do que o colaborador
4%	Organização não tem qualquer responsabilidade

PRINCIPAIS INICIATIVAS A SER IMPLEMENTADAS PELAS EMPRESAS


Envolvimento da gestão de topo na melhoria da organização do trabalho e práticas de liderança



Maior equilíbrio entre vida pessoal e profissional e equidade no tratamento dos colaboradores



Atribuição de **seguros de saúde** com vertente de saúde mental


Respeito pelos horários de trabalho estabelecidos



Políticas de organização do **trabalho flexíveis e personalizadas**

PRINCIPAIS INICIATIVAS A SER TOMADAS CONJUNTAMENTE ENTRE COLABORADOR E EMPRESA


Falar abertamente sobre o tema da saúde mental laboral para combater a estigmatização


Definir em parceria uma política de **desenvolvimento do bem-estar organizacional**


Implementar uma **gestão participada** e orientada por objetivos


Desenvolver **estratégias de aumento de literacia** em saúde mental

Em colaboração com

