

# Apresentamos aqui 5 ações para promover saúde aos colaboradores

Promover saúde aos colaboradores é uma estratégia que beneficia ambos os lados. Isso porque se observa maior produtividade e menor taxa de absenteísmo, além da melhoria do clima organizacional.

Para os gestores, essa proposta implica em menor rotatividade de funcionários, retenção de talentos e promoção da empresa como uma das instituições para se crescer profissionalmente.

Por isso, listaremos, a seguir, **5 ações para promover saúde aos colaboradores**. Acompanhe conosco!

## 1. Invista em palestras de conscientização

A promoção da saúde deve ser uma pauta frequente entre empregadores e colaboradores, tanto em relação à importância da prevenção do adoecimento físico e emocional quanto em relação à contribuição das atividades do indivíduo para o crescimento na empresa.

Sendo assim, cabe aos empregadores a realização de palestras para seus funcionários que abrangem temas sobre saúde e bem-estar, principalmente relacionadas ao ambiente laboral.

Também é essencial acompanhar como os funcionários estão modificando seus comportamentos a partir das palestras ministradas, solicitar a participação deles por meio de perguntas e demandas por assunto, dentre outras estratégias.

## 2. Crie um clima organizacional saudável

O clima organizacional contribui significativamente para o aumento da produtividade das atividades, para o crescimento da empresa e para a elevação do comprometimento daqueles funcionários que se sentem acolhidos.

Dessa forma, é fundamental observar os pontos de desavenças entre funcionários e as possibilidades de [inserir acordos amigáveis](#) ou transferências de setor e buscar sempre analisar a satisfação quanto às atividades realizadas.

Além disso, é aconselhável encaminhar aqueles funcionários que estejam nitidamente desmotivados para um acompanhamento psicológico, dentre outras estratégias eficientes para a resolução dos conflitos internos.

## 3. Tenha um bom ambiente de trabalho

Além das questões emocionais, uma das maneiras de promover saúde aos colaboradores é trazendo conforto para a execução adequada das atividades. Nesse caso, enquadram-se as mudanças na infraestrutura e no leiaute do ambiente.

Isso porque o trabalho operacional pode exigir posições pouco confortáveis. Nesse caso, uma cadeira ergonômica resolveria o problema, ou ambientes mais climatizados, em que o ajuste constante do ar-condicionado pode ser uma solução.

Outro ponto importante é a instalação de espaços coletivos para descanso com sofás e poltronas, além de um refeitório equipado com diversos eletrodomésticos em bom estado de conservação.

## 4. Programe eventos coletivos sobre saúde

A rotina pode afetar a motivação dos funcionários, de forma a causar, em longo prazo, acomodação, resistência a mudanças e frustração, influenciando negativamente outros colegas.

Algumas das formas de melhorar essa situação são criando eventos coletivos sobre saúde, apoiando mudanças comportamentais positivas e incentivando a hidratação constante e a prática de atividades físicas conforme recomendações médicas.

Também é interessante sensibilizar os funcionários nesses eventos sobre a importância da alimentação saudável e sobre o risco do uso constante de alimentos ultraprocessados, para que todos tenham consciência de seus atos.

## 5. Formalize parcerias com empresas de saúde

Uma das formas de promover saúde aos colaboradores é mediante a formalização de convênios e parcerias com academias, profissionais de educação física, nutricionistas e outros que podem melhorar o estado clínico do paciente.

Essas propostas podem melhorar a saúde, garantido a possibilidade aos colaboradores de se exercitarem e adequarem sua rotina conforme orientações personalizadas para o perfil clínico desses indivíduos.

Além disso, na visão dos trabalhadores, esses benefícios são percebidos positivamente, o que proporciona um ambiente de bem-estar e aumento da produtividade, algo almejado pelos gestores.

Ressalta-se que algumas estratégias podem ser idealizadas ou otimizadas pela [telemedicina](#), proposta que visa a encurtar distâncias geográficas e a facilitar a disseminação de conhecimentos para todos os envolvidos.

Promover saúde aos colaboradores é um ponto fundamental para a empresa, que necessita de mão de obra qualificada, sem muitos atestados médicos e com vontade de crescer profissionalmente. Para tanto, é interessante investir em [estratégias que motivam](#) e valorizam as atividades dos colaboradores, principalmente nos quesitos relacionados à saúde e ao bem-estar.

Agora que você já entendeu a importância de manter um bom ambiente de trabalho, [entre em contato conosco](#) e conheça as opções que temos para você!