

Telepsicologia: aliada dentro das empresas

Danos físicos em colaboradores são mais obviamente percebidos pelas empresas. Consequentemente, também há mais ações de conscientização e prevenção sobre eles.

A [cultura](#) interna da empresa não deve ignorar a saúde mental dos funcionários. Acidentes de trabalho são sempre relacionados à ferimentos físicos, enquanto o emocional da equipe pode estar em um estado mais grave do aquilo que os olhos podem ver.

Transtornos psiquiátricos são considerados o grande [mal do século XXII](#). Ainda sim, o cenário que se encontra é o de empresas atrasadas e perdidas sobre como agir quando a questão é o psicológico de seus colaboradores.

Uma boa ideia para começar a agir contra este problema é apostar na **telepsicologia** como um benefício oferecido dentro das empresas.

Para entender mais sobre o assunto, continue lendo o artigo.

Saúde mental e produtividade

Um psicológico abalado afeta diretamente a produtividade, o foco e a motivação do colaborador. Aqueles que estão mentalmente saudáveis são mais aptos a trabalhar melhor.

De acordo com [estudo divulgado pela Organização Mundial da Saúde \(OMS\)](#) em 2016, a depressão e a ansiedade custam 1 trilhão de dólares anuais à economia mundial.

A boa notícia para as empresas é que o mesmo artigo afirma que a cada um dólar investido em tratamentos psicológicos, o retorno, em termos de saúde e capacidade dos trabalhadores, é de quatro dólares.

Prevenção antes da reação

Este estudo revolucionou os Recursos Humanos de empresas do mundo todo. É muito comum que exista uma desmotivação em investimentos na saúde mental dos colaboradores por ser algo pouco palpável. Ao exemplificar os benefícios de forma monetária, as empresas não conseguem desviar do assunto.

Ainda sim, é preciso frisar que tal cuidado com o emocional dos funcionários deve acontecer de forma preventiva, e não reativa.

Ou seja, é necessário providenciar assistência especializada desde sempre, e não apenas quando o cenário for de equipes inteiras doentes. Para tal missão, a telepsicologia é uma enorme aliada das empresas.

Telemedicina

Antes mesmo de te explicar o que é a telepsicologia, é preciso falar sobre a telemedicina.

Caso você tenha clicado neste artigo via uma pesquisa no Google, seja bem-vindo ao Conexa Saúde, uma plataforma especializada em telemedicina.

O que fazemos aqui é usar a tecnologia para agilizar os processos médicos e aumentar a resolutividade dos atendimentos. Dessa forma, conseguimos democratizar o acesso aos melhores profissionais da saúde e diminuir idas desnecessárias à emergência dos hospitais e clínicas.

Com a telemedicina, pacientes têm acesso a consultas médicas a qualquer momento e em qualquer lugar do mundo. Na Conexa Saúde, este contato pode ser feito via vídeo, áudio ou texto, o que você preferir.

Telepsicologia

Entre as áreas que o serviço da Conexa Saúde cobre - cardiologia, ortopedia, dermatologia e muito mais - está a psicologia.

Portanto, tudo que foi dito na explicação do que é a telemedicina se aplica na telepsicologia. Basicamente, é um atendimento psicológico online. O formato é permitido para os profissionais cadastrados no Conselho Federal de Psicologia.

Telepsicologia como benefício dentro das empresas

A ideia de que o plano de saúde é o máximo que uma empresa pode oferecer de benefício aos seus

funcionários é pra lá de antiquada. Na verdade, este sequer deve ser considerado um benefício, afinal, é uma obrigação prevista pela Constituição.

As empresas mais modernas já oferecem benefícios bastante interessantes aos colaboradores, como ingressos mensais de cinema e acesso à academias.

Tais iniciativas já são incríveis e devem ser celebradas. Mas aqui sugerimos adicionar na lista o acesso à telepsicologia como uma forma mais direta de promover saúde na empresa.

Texto: [Manoela Caldas](#).

Gostou da dica? Siga o perfil do [Conexa Saúde no Instagram!](#)