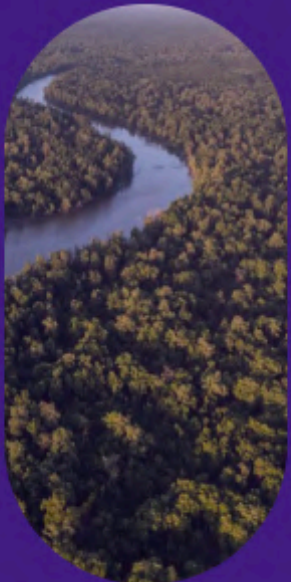


REPORT 2022

Saúde mental e bem-estar do **trabalhador brasileiro**



Índice

| | |
|--|-----------|
| Apresentação | 3 |
| A saúde mental no trabalho | 4 |
| Entendendo melhor o que é ansiedade e depressão | 5 |
| Como enfrentar o problema | 11 |
| Índice de Bem-Estar Corporativo | 12 |
| E, na prática... Qual são as vantagens de ter acesso a esses dados? | 13 |
| O que os resultados do IBC Zenklub 2022 mostram sobre a saúde mental dos trabalhadores brasileiros | 14 |
| Saúde mental e bem-estar do trabalhador brasileiro | 15 |
| Preocupação constante com o trabalho | 16 |
| Desconectar do trabalho | 17 |
| Conflitos e Situações Abusivas | 18 |
| Autonomia e participação | 19 |
| Exaustão | 20 |
| Volume de demanda | 21 |
| Relacionamento com Líder | 22 |
| Clareza das responsabilidades | 23 |
| Relacionamento com colegas | 24 |
| Índice de Bem-estar Corporativo - Resultado Geral | 25 |
| Série histórica - baseada na evolução do ano | 27 |
| Selo Empresas Pelo Bem-Estar | 30 |
| Outros benefícios... | 32 |
| Confira depoimentos de algumas empresas que foram certificadas pelo Selo Empresas pelo Bem-Estar no último trimestre e entenda como a plataforma impacta as organizações e os colaboradores | 34 |
| Referências | 36 |

Apresentação

Saúde mental não é mais um tema estranho ao ambiente corporativo. Felizmente, as pessoas estão mais conscientes sobre os impactos que transtornos como ansiedade, depressão, burnout, entre outros, podem causar no âmbito profissional e pessoal. Hoje, sabemos que equilíbrio é a chave para uma vida com mais qualidade, saúde e bem-estar.

À medida que os tabus e paradigmas sobre saúde mental vão sendo superados aos poucos, sobretudo no cenário pós-pandemia, aumenta a necessidade de as empresas olharem para essa questão com mais atenção e cuidado, já que a maior riqueza de qualquer organização são as pessoas. Afinal, sem elas a empresa não existe.

E quais desafios essas pessoas estão enfrentando? Como investir em saúde mental pode ajudá-las a superá-los? Em uma sociedade em constantes transformações, uma boa saúde mental é elemento central para todo profissional e deve ser encarada como um ativo, não como custo.

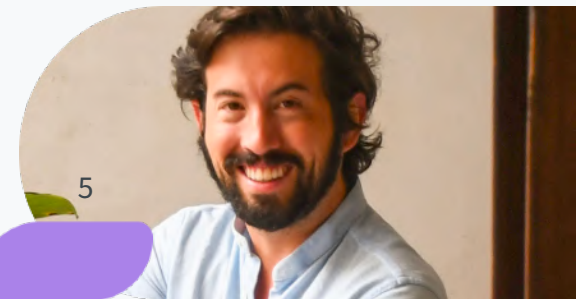
Seguindo a nossa missão e visando ajudar empresas e gestores a entenderem os benefícios e a importância do cuidado e do bem-estar das pessoas, o **Zenklub** lança este report, que traz os dados mais recentes do nosso **Índice de Bem-Estar Corporativo 2022**, destacando quais setores e empresas

tiveram os melhores resultados na implementação de políticas de bem-estar e são exemplos de melhores práticas. Além desses dados inéditos, que ajudam a entender quais setores empresariais estão mais avançados quando o assunto é bem-estar emocional, nós trazemos nossa contribuição para compreender como está a saúde mental dos trabalhadores brasileiros. A partir de respostas de mais de 600 mil pessoas, clientes e usuários do **Zenklub**, nós identificamos como a ansiedade e a depressão estão atingindo os profissionais e como as empresas podem lidar com esse problema.

Sabemos que não é mais possível olhar para a saúde mental apenas como um adicional das áreas de saúde ocupacional ou de benefícios. Saúde mental é uma jornada contínua, que exige atenção e dedicação para que as organizações possam apoiar seus colaboradores em seu processo de desenvolvimento. Saúde mental é sinônimo de bem-estar, motivação, maior desempenho e produtividade.

É nisso que acreditamos e é para isso que estamos aqui. Conte conosco nesta jornada.

Boa leitura!
Rui Brandão
CEO do Zenklub



A saúde mental no trabalho

O mundo do trabalho está mudando. Fatores como a tecnologia, a globalização, as mudanças climáticas e, mais recentemente, a pandemia de covid-19 estão acelerando o ritmo de mudanças e redefinindo como e onde trabalhamos.

Nesse novo cenário, de popularização do trabalho remoto e de cada vez mais automação, empregos são criados, enquanto outros são substituídos. Diante de tantas mudanças, é natural que os trabalhadores se sintam mais inseguros e que a pressão e o estresse no ambiente corporativo aumentem.

Em 2022, a Organização Mundial da Saúde (OMS) divulgou um relatório completo sobre [as diretrizes de saúde mental no trabalho](#). Os dados apresentados pela pesquisa mostram que o tema merece atenção e cuidado.

Segundo a OMS, cerca de **12 bilhões de dias de trabalho são perdidos a cada ano para a depressão e a ansiedade**, gerando um custo de quase **US\$1 trilhão** à economia global. Além disso, ao redor do mundo, estima-se que **15% dos adultos**, cerca de 1 bilhão de pessoas em idade ativa, tenham algum transtorno mental.

Esses números, que já são bastante expressivos, foram ainda mais impactados pela pandemia, que desencadeou um **aumento de 25% na ansiedade geral e na depressão**. É válido destacar que esse aumento aconteceu em um momento em que governos e países não estavam preparados para lidar com a escassez de recursos de saúde mental.



Entendendo melhor o que é ansiedade e depressão

Ansiedade e depressão são temas cada vez mais discutidos nas empresas, nas redes sociais e na sociedade, de maneira geral. Apesar disso, ainda restam muitas dúvidas sobre esses transtornos.

Para ajudar a solucioná-las, nós detalhamos tudo o que você precisa saber sobre essas temáticas e destacamos os resultados inéditos de duas pesquisas feitas com mais de 600 mil clientes e usuários do **Zenklub**, que mostram a prevalência de ambos os transtornos nos profissionais brasileiros.



Ansiedade

É difícil encontrar alguém que nunca tenha se sentido ansioso. Afinal, a ansiedade é uma resposta “natural” do organismo mediante determinadas situações, sendo

caracterizada por uma sensação desagradável de apreensão e medo, além de um incômodo proveniente de acontecimentos que antecedem algum perigo para o corpo ou o enfrentamento de situações desconhecidas.

É importante ressaltar que essa definição não descreve o Transtorno de Ansiedade, mas a ansiedade fisiológica, comum a todos os seres humanos.

Transtorno de Ansiedade

O Manual de Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-5, 2014) descreve que os transtornos de ansiedade se caracterizam por um **excesso** de medo e ansiedade que persistem além do que é considerado apropriado. Ou seja, é uma **ansiedade desproporcional** em relação ao estímulo apresentado, que pode prejudicar a qualidade de vida e o desempenho do indivíduo.

Além das sensações e pensamentos desagradáveis, é necessário que as pessoas apresentem esses sintomas de forma muito intensa, mediante situações específicas e por um longo período - mais de uma semana ou um mês.



Em relação à ansiedade, a pesquisa mostrou que:

32%

das pessoas têm sintomas moderados e moderados/graves de ansiedade;

9,8%

das pessoas têm sintomas severos;

37% e 36%

Pessoas entre 18 e 30 anos e menores de 18 anos, respectivamente, apresentam os maiores resultados de prevalência do transtorno

Apesar da prevalência entre os grupos acima, **todas as faixas etárias**, com exceção dos maiores de 60 anos, **apresentam níveis moderados/graves de ansiedade.**

Os dados do estudo foram obtidos durante a aplicação do **GAD-7**, questionário que avalia a presença/ausência de características de **ansiedade** e foi disponibilizado aos usuários da plataforma do **Zenklub®** via APP e site. *Para a análise, foram selecionados 538.552 respostas únicas e válidas.*



O país dos ansiosos

No Brasil, os transtornos mentais e emocionais são a **segunda causa** de afastamento do trabalho, de acordo com a Previdência, vinculada ao Ministério da Economia.

Além disso, somos considerados pela OMS como o país mais ansioso do mundo.

18,6 milhões

de pessoas convivendo com o transtorno

Dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) também apontam que

16,3 milhões

de pessoas no país estão sofrendo com a depressão.



Depressão

Conhecida como o mal do século XXI, a depressão é caracterizada pela lentidão de processos psíquicos, como humor depressivo, desinteresse, incapacidade de sentir alegria e prazer, dificuldade de concentração e pensamentos de caráter negativo.



O Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-5, 2014) descreve que a característica mais comum desses transtornos depressivos é a presença de humor triste, e o que os difere entre eles são os quadros de duração, momento e etiologia presumida.

Aliás, é importante esclarecer que **depressão e tristeza são coisas diferentes**. Apesar de o humor triste ser uma característica dos transtornos depressivos, a tristeza é um sentimento natural e todos nós, seres humanos, estamos suscetíveis a ela em determinados momentos da vida, como quando perdemos um ente querido ou terminamos um relacionamento.

O que acontece na depressão é que, além do humor deprimido, inclui-se a redução do prazer nas atividades cotidianas, distúrbios do sono, ganho ou perda de peso, agitação ou ansiedade, sensação de cansaço, confusão cognitiva e até pensamentos suicidas.

Não existe uma causa específica para a depressão, mas fatores como histórico familiar, estresse e ansiedade crônicos, influências culturais, disfunções hormonais, traumas físicos ou psicológicos, consumo excessivo de substâncias lícitas e ilícitas, entre outros, podem contribuir para o desenvolvimento da doença.

Os estudos feitos pelo Zenklub em 2022 mostraram que:

22%

das pessoas têm sintomas **moderados** de depressão;

36%

das pessoas têm sintomas **moderados/graves**;

31%

das pessoas têm sintomas **severos** da doença;

- Pessoas entre os 18 e 30 anos e menores de idade apresentam **os maiores resultados de prevalência** do transtorno: 30% e 57%, respectivamente;
- Todas as faixas **acima de 31 anos** apresentam **níveis severos** como resultado geral da pesquisa.

Os dados do estudo foram obtidos durante a aplicação do PHQ-9, questionário que avalia a presença/ausência de características de **depressão** e foi disponibilizado aos usuários da plataforma do Zenklub® via APP e site. Para a análise, foram selecionados 617.074 respostas únicas e válidas.

Como enfrentar o problema

Além de apresentar o cenário mundial, a pesquisa da Organização Mundial da Saúde também traz recomendações importantes para que as empresas possam enfrentar os problemas de saúde mental de seus funcionários.

Para isso, de acordo com a OMS, os riscos à saúde mental, como as cargas de trabalho pesadas, os comportamentos negativos e outros fatores que criam angústia, devem ser enfrentados.

Investir na construção de uma **cultura de prevenção** em torno da saúde mental, remodelando o ambiente de trabalho para acabar com o estigma e a exclusão social e garantir que os funcionários com problemas de saúde mental se sintam protegidos e apoiados também são ações eficazes para enfrentar esse problema.

A OMS recomenda que as empresas apostem em treinamento para lideranças, a fim de capacitá-las a auxiliar os trabalhadores e as trabalhadoras em perigo e evitar a construção de ambientes de trabalho estressantes e tóxicos.

Gerenciar a saúde mental no trabalho pode parecer desafiador. No entanto, abordar esse tema de forma eficaz

traz diversos benefícios, tanto para a empresa quanto para o funcionário.

Afinal, locais de trabalho seguros, saudáveis e inclusivos não só melhoram a saúde mental e física, mas o desempenho e a produtividade, além da motivação de todo o time.

Pessoas com boa saúde mental têm maior capacidade de lidar com o estresse, gerenciar conflitos, aprender e desenvolver suas habilidades e trabalhar em equipe.



Índice de Bem-Estar Corporativo

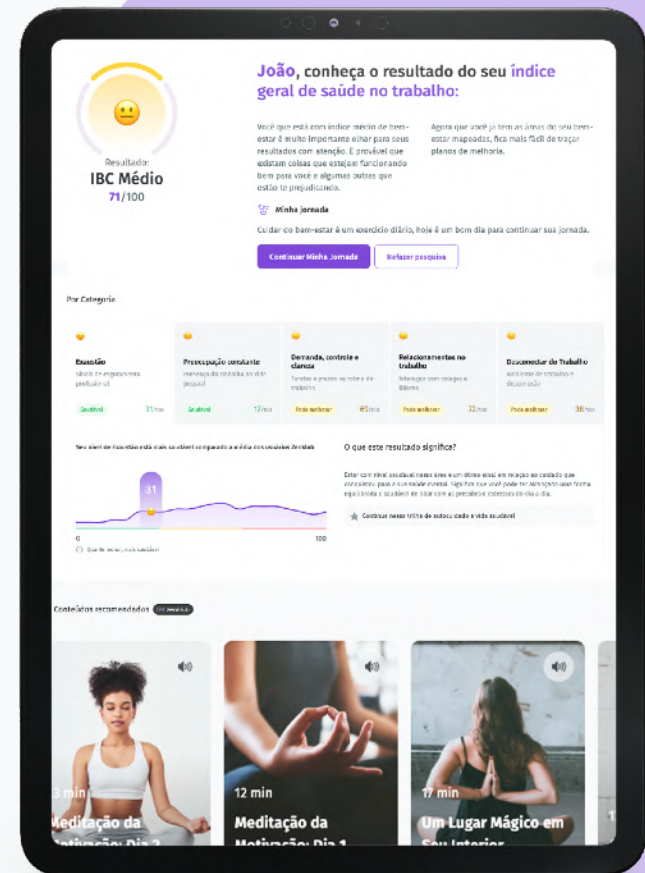
Medir o bem-estar no trabalho é o primeiro passo para transformá-lo.

Pensando em escutar os trabalhadores brasileiros para trazer a eles e às suas empresas um panorama de como está seu bem-estar no trabalho, o **Zenklub** desenvolveu o **Índice de Bem-Estar Corporativo**.

O **IBC Zenklub** foi criado pelos nossos times de educação e psicologia e é embasado em pesquisas e estatísticas para garantir que os resultados gerados sejam fiéis à realidade e úteis para as empresas e para as pessoas.

A pesquisa tem 32 perguntas e avalia cinco macro áreas: exaustão, adição ao trabalho, volume de demanda e controle, relacionamento com colegas e líderes e ambiente de trabalho.

A partir dos níveis de bem-estar nessas áreas, gera-se um resultado final - que pode variar entre 0 e 100 - relevando o índice geral de bem-estar da empresa.



E, na prática... Qual são as vantagens de ter acesso a esses dados?

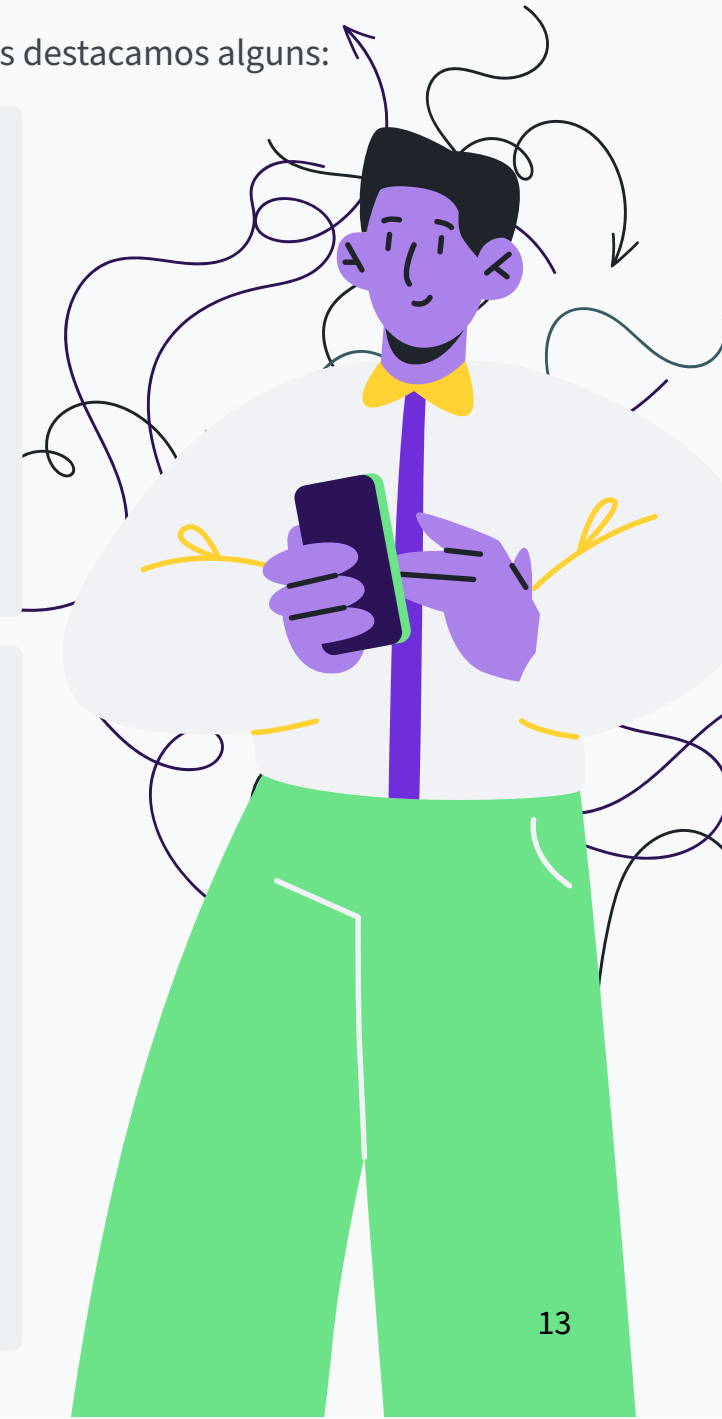
Tanto para a empresa quanto para o colaborador, os benefícios são diversos. Nós destacamos alguns:

Para o **colaborador**, os resultados ajudam a:

- Perceber como está o seu nível de bem-estar no trabalho;
- Receber informações que possam esclarecer o que significa cada uma das dimensões, a fim de ajudá-lo a traçar um plano de ação pessoal;
- Melhorar o bem-estar com base em uma ferramenta desenvolvida por especialistas.

Para as empresas, o **IBC Zenklub** é uma excelente ferramenta para:

- Mapear como está o nível de bem-estar no trabalho na organização;
- Criar estratégias de gestão organizacional com base em números reais;
- Impulsionar o bem-estar e a produtividade de seus colaboradores;
- Identificar e mitigar perdas de performance causadas por adoecimento emocional, melhorando resultados de forma sustentável;
- Embasar e fortalecer estratégias de gestão de RH 4.0;
- Ser reconhecida no mercado pelos seus resultados positivos, promovendo e incentivando o bem-estar no trabalho.



O que os resultados do IBC Zenklub 2022 mostram sobre a saúde mental dos trabalhadores brasileiros

Em 2022, a pesquisa do **IBC Zenklub** foi realizada com **313 empresas**, de **15 setores diferentes**, entre os meses de abril e outubro.

| Setor | Quantidade de empresas | % Representatividade |
|---------------------------------|------------------------|----------------------|
| TI | 81 | 26% |
| Serviços | 57 | 18% |
| Financeiro | 48 | 15% |
| Indústria | 34 | 11% |
| Educação | 19 | 6% |
| Saúde | 14 | 4% |
| Construção | 13 | 4% |
| Logística | 11 | 4% |
| Bens de Consumo | 9 | 3% |
| Imobiliário | 8 | 3% |
| Farmacêutico | 6 | 2% |
| Automotivo | 5 | 2% |
| Imprensa | 4 | 1% |
| Governo | 2 | 1% |
| Organização Sem Fins Lucrativos | 2 | 1% |

Saúde mental e bem-estar do trabalhador brasileiro

A pesquisa analisou a saúde mental das empresas a partir de **nove facetas**, ou seja, categorias. Essas divisões ajudam a entender, em detalhes, quais setores se destacam e quais ainda precisam melhorar quando o assunto é bem-estar para seus colaboradores.

Para cada faceta, há um setor melhor e um pior avaliado.



Preocupação constante com o trabalho

Esta faceta reflete quanto seus colaboradores têm dificuldades para se desconectar da rotina profissional quando não estão em sua jornada de trabalho.

Exemplos que ajudam ilustrar situações de preocupação constante:

- Parar de trabalhar no horário acordado rotineiramente.
- Impossibilidade de relaxar aos finais de semana, feriados ou em momentos de pausas.
- Sentir culpa quando precisa tirar folgas ou férias.

| Setor | Média 2022 |
|-----------------|------------|
| Tecnologia/TI | 43,6 |
| Logística | 43,6 |
| Automotivo | 45,1 |
| Saúde | 46,9 |
| Educação | 48,9 |
| Financeiro | 49,6 |
| Serviços | 50,4 |
| Bens de Consumo | 50,8 |
| Construção | 51,6 |
| Indústria | 52,3 |
| Imobiliário | 53,3 |
| Farmacêutico | 53,8 |

Desconexão do trabalho

Um ambiente de trabalho saudável precisa proporcionar a desconexão do trabalho e o respeito as pausas e descanso.

Aspectos como horários respeitados impactam no bem-estar da rotina e permite os colaboradores a descansarem e terem tempo para momentos de qualidade de vida.

Exemplos que ajudam ilustrar problemas na jornada e ambiente de trabalho:

- As demandas de trabalho chegam em horários inadequados.
- Os colaboradores são acionados fora da sua jornada de trabalho estipulada e acordada.

| Setor | Média 2022 |
|-----------------|------------|
| Tecnologia/TI | 30,5 |
| Serviços | 34,4 |
| Financeiro | 36 |
| Construção | 39,2 |
| Logística | 39,4 |
| Bens de Consumo | 41 |
| Farmacêutico | 41,5 |
| Imobiliário | 42,5 |
| Indústria | 42,6 |
| Saúde | 43,3 |
| Educação | 44,1 |
| Automotivo | 45,9 |

Conflitos e Situações Abusivas

Uma situação abusiva pode ser associada a humilhação que colaboradores sofrem no local de trabalho.

Pode ser um acesso de raiva sem contexto e desproporcional em grupo, uma ameaça ou qualquer tipo de constrangimento.

Pode ocorrer em público ou não, verbalmente.

Exemplos que ajudam ilustrar uma situação abusiva no trabalho:

- Ser alvo de palavras ou comportamentos grosseiros.
- Sofrer humilhação no ambiente de trabalho.

| Setor | Média 2022 |
|-----------------|------------|
| Tecnologia/TI | 16,6 |
| Serviços | 18,9 |
| Financeiro | 19,9 |
| Educação | 20,1 |
| Imobiliário | 20,3 |
| Bens de Consumo | 20,4 |
| Logística | 20,5 |
| Construção | 22,8 |
| Indústria | 23 |
| Automotivo | 23,3 |
| Saúde | 25 |
| Farmacêutico | 36 |

Autonomia e participação

Considera um ambiente de trabalho com práticas que empoderam os colaboradores a terem autonomia em sua rotina, ao desdobrar atividades e solucionar problemas.

A autogestão é uma forma de organização empresarial onde as tomadas de decisões não são feitas por uma só pessoa, mas sim por todo o time.

Exemplos que ajudam ilustrar dificuldades nesta área:

- Os colaboradores têm receio de opinar em reuniões e expor ideias diferentes.
- As mudanças não são divididas durante um processo de decisão e somente notificadas.

O que é avaliado: As condições gerais de trabalho na empresa e como a cultura organizacional está orientando o bem-estar dos colaboradores.

| Setor | Média 2022 |
|-----------------|------------|
| Imobiliário | 79,7 |
| Construção | 79,1 |
| Indústria | 78,6 |
| Tecnologia/TI | 78,1 |
| Bens de Consumo | 78 |
| Serviços | 77,6 |
| Logística | 75,6 |
| Financeiro | 75,2 |
| Automotivo | 75 |
| Educação | 75 |
| Saúde | 69,6 |
| Farmacêutico | 67,8 |

Exaustão

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), o Burnout é resultante do estresse crônico e recorrente no local de trabalho.

Em 2019, a OMS incluiu o Burnout na Classificação Internacional de Doenças - CID. Entrará em vigor a partir de janeiro de 2022.

Olhando para este contexto, será essencial o monitoramento de causas e riscos de Burnout no gerenciamento da saúde e segurança do trabalho.

Exemplos que ajudam ilustrar uma situação de burnout:

- Sensação de esgotamento ou exaustão de energia.
- Aumento da distância mental do trabalho ou sentimentos de negativismo relacionados ao trabalho.
- Eficácia profissional reduzida.

O que é avaliado: Esta faceta busca identificar se fatores como a sensação de esgotamento, o cansaço mental e a falta de energia têm sido frequentes e significativas na vida do colaborador.

| Setor | Média 2022 |
|-----------------|------------|
| Tecnologia/TI | 54,2 |
| Logística | 57,1 |
| Saúde | 57,3 |
| Indústria | 57,6 |
| Imobiliário | 58,8 |
| Serviços | 59,4 |
| Educação | 59,9 |
| Financeiro | 60 |
| Automotivo | 60,3 |
| Construção | 62,6 |
| Bens de Consumo | 62,6 |
| Farmacêutico | 68,4 |

Volume de demanda

Segundo o Instituto Americano de Saúde e Segurança do Trabalho (NIOSH), a forma de como as demandas são geradas e executadas, as práticas organizacionais e acompanhamentos dos resultados definem esse aspecto na empresa.

Exemplos que ajudam ilustrar um problema de volume e demanda:

- Quando o volume das entregas supera constantemente a jornada de trabalho.
- As demandas chegam a qualquer momento sem priorização.

O que é avaliado: Assim como a faceta ‘autonomia e participação’, volume de demanda também avalia as condições gerais de trabalho na empresa.

| Setor | Média 2022 |
|-----------------|------------|
| Logística | 27,5 |
| Tecnologia/TI | 27,8 |
| Serviços | 30,5 |
| Financeiro | 32,8 |
| Imobiliário | 33,8 |
| Bens de Consumo | 34,2 |
| Educação | 35,1 |
| Construção | 36,3 |
| Farmacêutico | 36,5 |
| Indústria | 36,9 |
| Saúde | 39,2 |
| Automotivo | 39,2 |

Relacionamento com líder

Os relacionamentos entre líderes são fundamentais para o bem-estar no trabalho.

Quando estes relacionamentos são caracterizados pela cooperação, confiança e justiça, os relacionamentos interpessoais são mais efetivos.

Exemplos que ajudam ilustrar um problema no relacionamento com líderes:

- Relacionamentos difíceis, deixam o ambiente de trabalho estressante e comprometido.
- Situações de desconfiança no trabalho podem causar confusão de papéis, má comunicação e baixa satisfação.

O que é avaliado: As relações interpessoais dos funcionários com seus líderes, a fim de identificar o quão saudáveis são essas relações, a comunicação e a existência de conflitos.

| Setor | Média 2022 |
|-----------------|------------|
| Tecnologia/TI | 80 |
| Imobiliário | 79,3 |
| Financeiro | 76,3 |
| Indústria | 75,3 |
| Construção | 74,5 |
| Serviços | 74,4 |
| Educação | 74,1 |
| Bens de Consumo | 73,9 |
| Automotivo | 70,6 |
| Logística | 69,6 |
| Saúde | 69,1 |
| Farmacêutico | 67,5 |

Clareza das responsabilidades

A definição do escopo e responsabilidades no trabalho deve ser usado como um aliado dentro de uma empresa.

É uma forma de alinhar expectativas entre colaborador e gestor, e vice-versa. Além disso, traz clareza na hora de delegar demandas e validar que o direcionado foi realizado para a pessoa mais preparada executar.

Exemplos que ajudam ilustrar um problema na falta de clareza das responsabilidades:

- O colaborador não entende quais são as suas obrigações e responsabilidades.
- Quando é necessário fazer mudanças a equipe não é consultada.
- Quando há alterações no trabalho, o colaborador não consegue entender como elas vão acontecer na prática.

| Setor | Média 2022 |
|-----------------|------------|
| Construção | 75 |
| Tecnologia/TI | 73,8 |
| Imobiliário | 73,6 |
| Serviços | 73,6 |
| Farmacêutico | 72,4 |
| Indústria | 70,2 |
| Financeiro | 70 |
| Logística | 69,9 |
| Bens de Consumo | 68,7 |
| Saúde | 68 |
| Educação | 66,7 |
| Automotivo | 65,6 |

Relacionamento com colegas

Os relacionamentos saudáveis entre colegas são fundamentais para o bem-estar no trabalho.

Estudos apontam que a desconfiança dos colegas de trabalho está relacionada à confusão de papéis, má comunicação, baixa satisfação no trabalho e baixo bem-estar psicológico (resumido por Cooper & Cartwright, 1994).

Exemplos que ajudam ilustrar um problema no relacionamento com colegas:

- Ambiente de trabalho com baixa cooperação entre as pessoas.
- Situações de desconfiança, má comunicação e hostilidade.

O que é avaliado: Assim como o ‘relacionamento com líder’, esta faceta analisa as relações interpessoais dos funcionários com seus colegas, também para identificar o quão saudáveis são essas relações, a comunicação e a existência de conflitos.

| Setor | Média 2022 |
|-----------------|------------|
| Tecnologia/TI | 84,3 |
| Imobiliário | 82,5 |
| Serviços | 82,5 |
| Automotivo | 81,8 |
| Financeiro | 80,8 |
| Indústria | 80,2 |
| Logística | 78,7 |
| Saúde | 78,4 |
| Educação | 78 |
| Bens de Consumo | 77,5 |
| Construção | 77,1 |
| Farmacêutico | 70,6 |

Índice de Bem-estar Corporativo - Resultado Geral

Confira como foi o desempenho de cada setor:



Insights sobre os dados

- Na média geral do **IBC Zenklub**, para que uma empresa seja considerada saudável, espera-se que o seu nível de bem-estar seja **igual ou maior que 78 pontos**. Neste estudo, mesmo setores com valores bastante altos (e portanto positivos), como o setor de Tecnologia (71,5 pontos), ainda estão na faixa intermediária de bem-estar. Isso indica que **há necessidade de evolução considerável neste e em outros setores**.
- **Os resultados da área da Saúde (e.g. Farmácia) foram impactadas diretamente pela pandemia de COVID-19** em suas estruturas de trabalho, modificação nas estruturas e volumes das demandas e necessidade de mudança na forma de controle dos prazos (*nesse caso, pouco tempo para resolver questões gravíssimas*). Da mesma forma, **a área de Tecnologia** sofreu das mesmas necessidade de modificação na dinâmica de trabalho, mas mais voltada ao dinamismo das relações de trabalho, **modificação das formas de planejamento das demandas e das necessidades precursoras ao COVID-19**.
- O **setor farmacêutico** teve os menores índices de bem-estar no decorrer do ano, sobretudo nos aspectos de "bom

trabalho em equipe" e "exaustão no trabalho" com resultado final de 60,3. Apesar disso, a área demonstrou **boa evolução**, conquistando 8 pontos ao longo da análise, com sinais de recuperação.

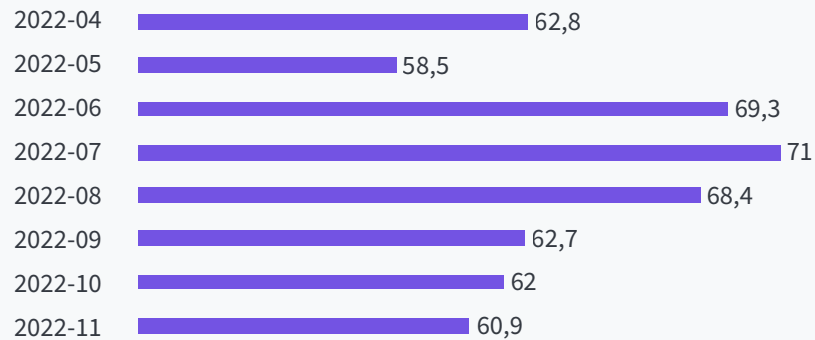
- Além disso, há outros setores que merecem destaque, como **Construção, Educação e Saúde, que apresentaram boa evolução ao longo dos meses**. Em direção oposta, os setores de **Bens de Consumo, Financeiro e Logístico tiveram retração no IBC Zenklub ao longo do ano**. Os demais setores apresentaram pouca diferença entre os períodos.
- Setores que puderam, no último ano, modificar suas estruturas de trabalho para repensar suas necessidades com tempo e experimentação tiveram **resultados positivos e melhores**. A Saúde, mesmo imersa nas necessidades urgentes da sociedade, também aumentou sua pontuação.

Importante, para além dos resultados mais gerais, é olhar para cada uma das facetas e avaliar se as mesmas podem ser relacionadas com a **sua empresa**.

Série histórica - baseada na evolução do ano

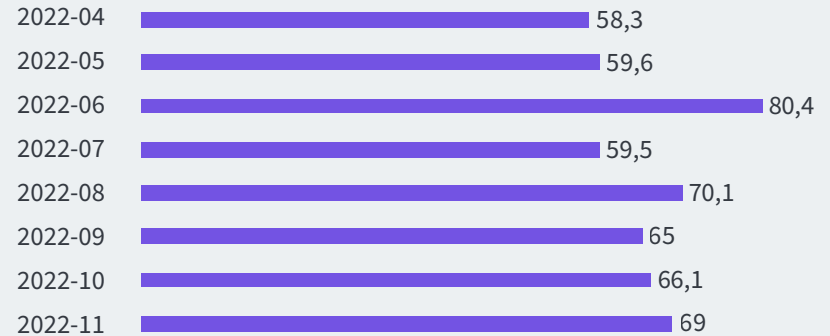
Setor Automotivo

Média = 64,5



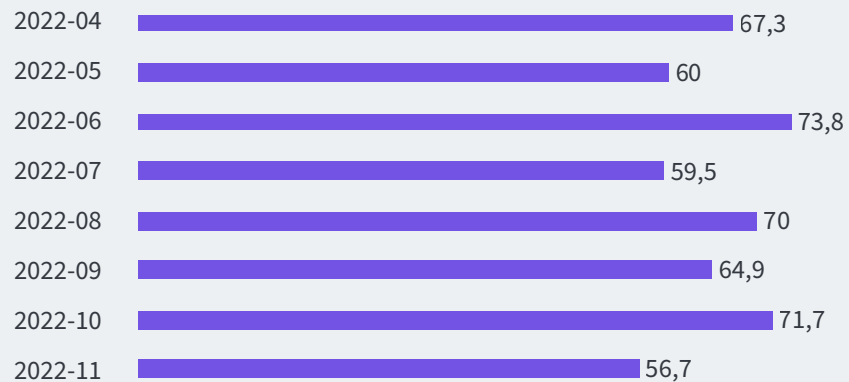
Setor de Construção

Média = 66,0



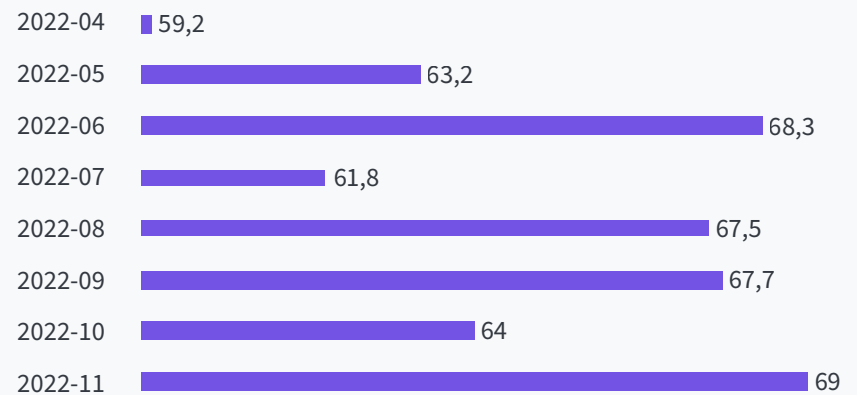
Setor de Bens e Consumo (CPG)

Média = 65,5



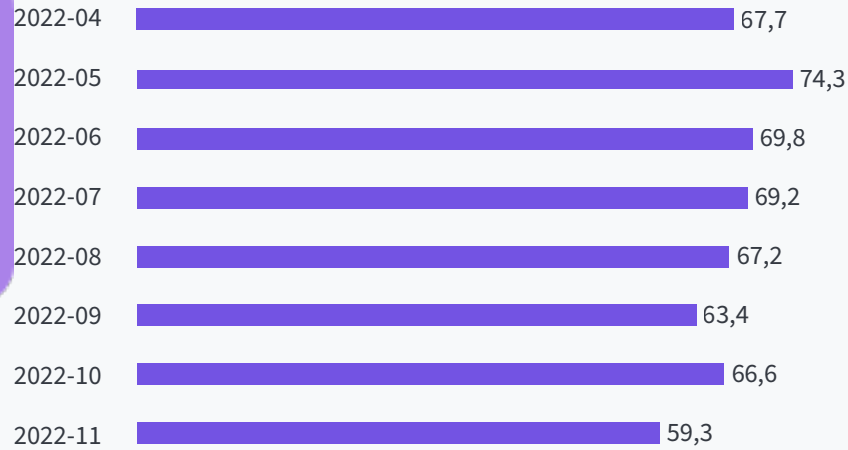
Setor de Educação

Média = 65,1



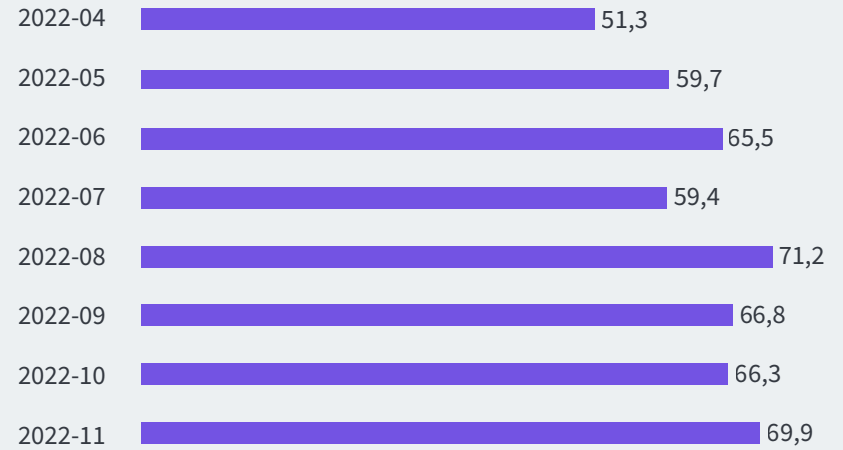
Setor Financeiro

Média = 67,2



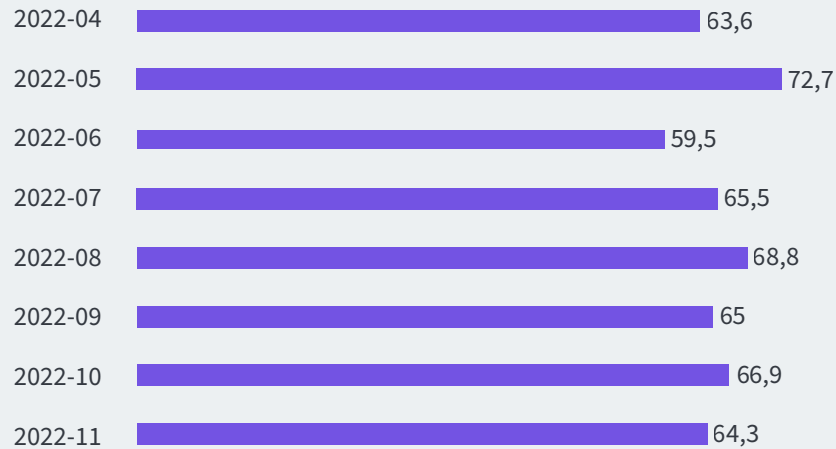
Setor de Saúde

Média = 63,8



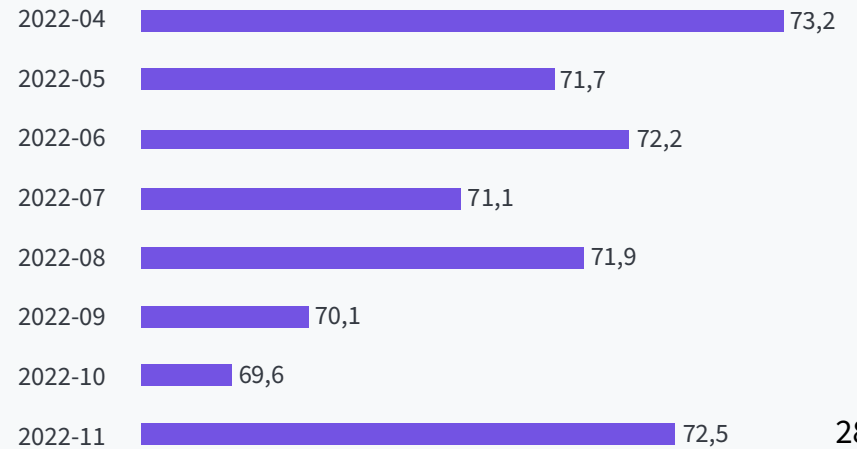
Setor Industrial

Média = 65,8



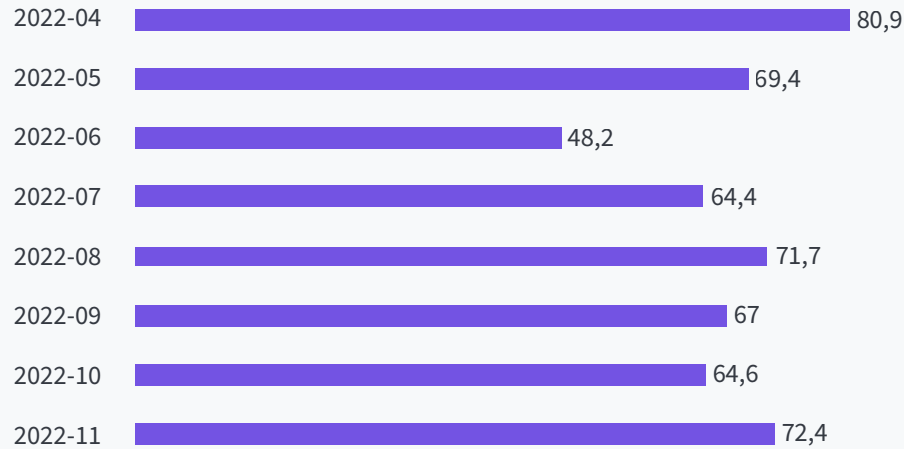
Setor de Tecnologia

Média = 71,5



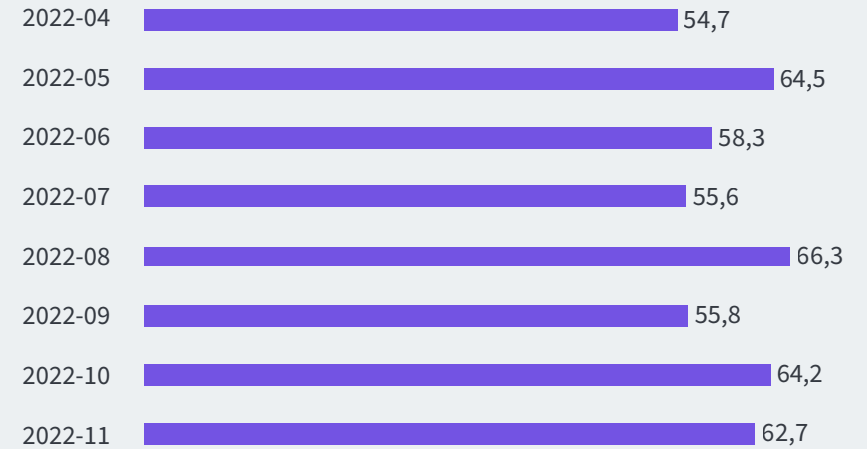
Setor de Logística

Média = 67,3



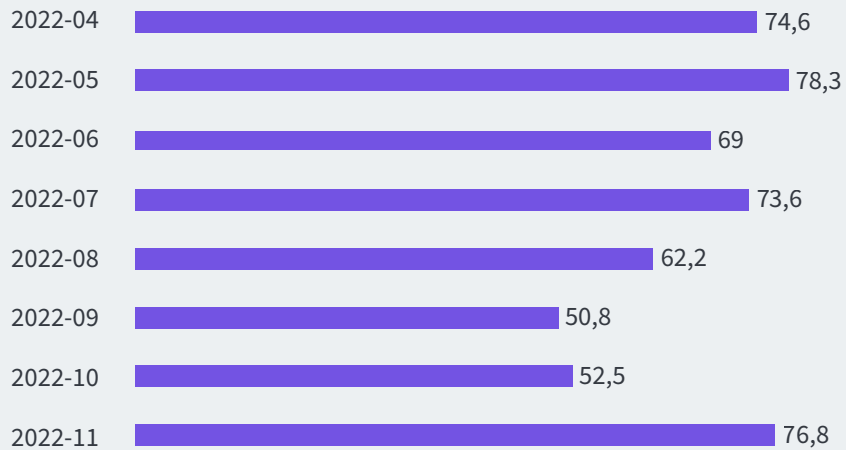
Setor Farmacêutico

Média = 60,3



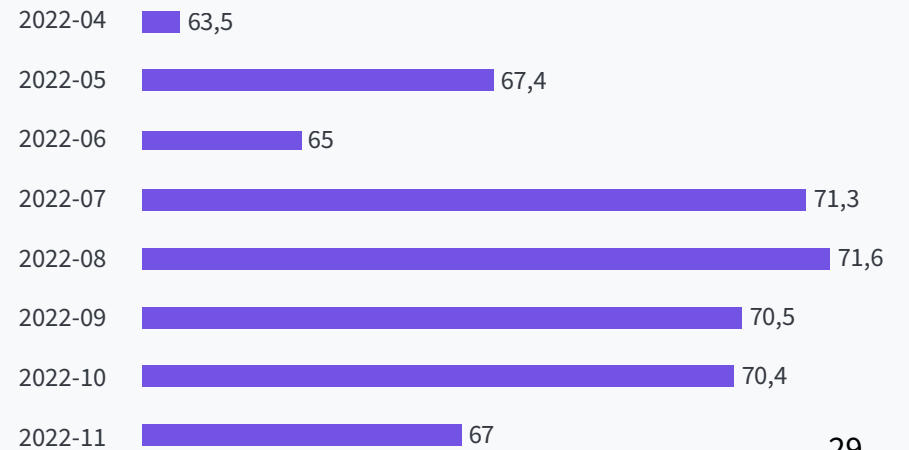
Setor Imobiliário

Média = 67,2



Setor de Serviços

Média = 68,3



Selo Empresas Pelo Bem-Estar

Maior plataforma de saúde mental corporativa no Brasil, o **Zenklub** trabalha com diversas iniciativas para empoderar RHs, a fim de democratizar o acesso à saúde mental e bem-estar.

Uma das nossas iniciativas é o selo “**Empresas pelo Bem-Estar**”, desenvolvido para certificar as empresas que conseguem engajar seus colaboradores e colaboradoras com alguns hábitos de bem-estar e saúde mental.

Distribuído em 3 categorias - **bronze, prata e ouro** - eles são concedidos às empresas de acordo com a taxa de engajamento dos colaboradores do último trimestre completo. Para calcular a taxa, é muito simples: nós consideramos todos os colaboradores que utilizaram pelo menos um dos serviços oferecidos pelo **Zenklub** nos últimos três meses.



Como receber o selo?

Para as empresas que já são clientes **Zenklub** e possuem um trimestre completo de parceria conosco, o selo fica automaticamente disponível no **ZenManager**. Ah, e é possível baixá-lo e compartilhá-lo nas redes sociais.

No início de cada trimestre, o selo é atualizado de acordo com os resultados da taxa de engajamento do trimestre anterior. Dessa forma, a empresa pode progredir e conquistar o tão sonhado selo **Ouro!**

Para as empresas que estão iniciando sua jornada de parceria com o **Zenklub**, o selo estará disponível após um trimestre, sendo atualizando a cada três meses.



Outros benefícios...

Além de munir os colaboradores e colaboradoras com uma poderosa ferramenta de bem-estar, autodesenvolvimento e autocuidado, o **Zenklub** oferece ao RH e às lideranças da empresa acesso a recursos ricos de behaviour analytics e aprendizagem contínua, ajudando a fortalecer a organização enquanto marca empregadora e impulsionando uma cultura de performance mais sustentável.



Os motivos são excelentes e os benefícios são muitos. Que tal investir nesse tipo de serviço e incentivar seus funcionários a **se desenvolverem e cuidarem da saúde emocional?**

Conheça algumas empresas que foram reconhecidas no último trimestre:

 Selos **ouro**:



 Selos **prata**:



 Selo **bronze**:



Confira depoimentos de algumas empresas que foram certificadas pelo Selo Empresas pelo Bem-Estar no último trimestre e entenda como a plataforma impacta as organizações e os colaboradores



Daniela Kono

Head of Wellness & Safety



"O desafio da saúde mental existe em todas as empresas. Na Creditas, nós encaramos a saúde como deve ser: priorizando o cuidado com as pessoas. Afinal, só produzimos melhor se estamos felizes e só estamos felizes se temos saúde.

Após o **Zenklub**, 84% dos nossos 3 mil tripulantes (como são chamados os colaboradores) relataram impacto positivo na produtividade e 97% sentiram melhora na qualidade de vida."



Gianpiero Sperati

Chief Human Resources Officer



"O tema de saúde no trabalho nasceu na Revolução Industrial. Ter saúde, naquela época, significava carregar peso e tinha muito mais um viés de produtividade do que de qualidade de vida. Hoje, é inegável que precisamos de 'EPIs' para a saúde mental.

Na Gupy, nós temos o slogan "Gente em Primeiro Lugar" e entendemos que essa questão é tão fundamental como foi uma bota de borracha há alguns anos. Atualmente, 70% dos nossos funcionários utilizam o **Zenklub**."

Saúde mental importa!

Há alguns anos, as discussões em torno de saúde mental ganharam força, sobretudo após a pandemia, mostrando que esse tema merece atenção e cuidado de todos.

Os resultados da pesquisa **IBC Zenklub 2022** deixaram claro que existem setores empresariais que estão mais avançados quando o assunto é saúde mental, enquanto outros ainda estão evoluindo nesse processo.

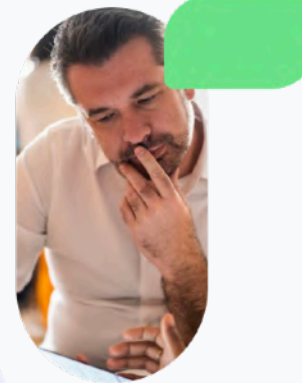
Apesar das diferenças, todos têm algo em comum: o **compromisso com o bem-estar das pessoas** - o elemento mais importante no universo do trabalho.

E esse cuidado com a saúde emocional tem resultados na qualidade de vida, nos relacionamentos com colegas e na produtividade dos colaboradores, além de impulsionar as empresas a assumirem um novo papel na sociedade.

Nós sabemos que saúde mental nunca foi tão importante, não é um luxo e não deveria ser um tabu. Por isso, ajudamos as empresas a implementar a cultura de bem-estar e a cuidar do que elas têm de melhor e mais precioso: **as pessoas**.

Invista no que você tem de melhor.

Conheça mais sobre o **Zenklub** e conte com um parceiro que pode oferecer muito mais do que um benefício!



Referências:

1. **Orientações sobre saúde mental no trabalho.** Organização Mundial da Saúde: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240053052>
2. **Hábitos de bem-estar para o trabalho pós-pandemia.** Zenklub: <https://zenklub.com.br/blog/recursos-humanos/habitos-bem-estar-no-trabalho-pos-pandemia>.
3. **Ansiedade** (resultados pesquisa). Zenklub: https://docs.google.com/document/d/ansiedade_zenklub
4. **Depressão** (resultados pesquisa). Zenklub: https://docs.google.com/document/d/depressao_zenklub
5. **Estudo IBC Zenklub 2022:** https://zenklub.notion.site/estudo_exploratorio_do_IBC
6. **Estudo estimacão ROI.** Zenklub: https://zenklub.notion.site/estimacaoROI_Zenklub
7. **Janeiro Branco: sinal de alerta para a saúde mental:** <https://www.gov.br/ans/pt-br/janeirobranco>



Saúde emocional para pessoas Resultados para empresas

Ganhe em performance e impulsione os resultados da sua empresa investindo em gestão de saúde emocional com o Zenklub.

Saiba mais sobre o Zenklub e as nossas soluções, clique ou acesse pelo nosso QR CODE.



  @zenklub