

O estresse no trabalho pode atrapalhar rendimento da equipe

Naturalmente, você quer que o seu time **trabalhe** a todo vapor, dando sempre o **melhor** de si. O curioso é que muitas empresas se **auto sabotam** neste quesito. Contratam os melhores profissionais, mas oferecem um **ambiente destrutivo**.

Você já pode ter olhado para os escritórios **modernos** de startups e pensado: como **garantir** que o trabalho está sendo feito? Afinal, a moda é ter mesa de sinuca, videogame, cerveja liberada nas sextas-feiras e até escorrega.

Se este é o ambiente proporcionado por algumas das maiores empresas do mundo, você pode ter certeza que o **rendimento da equipe** não é afetado.

Na verdade, ele é. Para **melhor**. O motivo não está no ambiente descolado, e sim na **filosofia** que ele carrega por trás.

O peso do estresse no trabalho

Antes de pensar em **formas** de tornar o ambiente corporativo mais **leve**, é preciso **entender** o que trabalhar com estresse verdadeiramente **significa**.

Nós, da **Conexa Saúde**, sempre batemos na tecla de que **a saúde do colaborador é a saúde da empresa**. Afinal, o rendimento da equipe está imediatamente relacionado com um time **apto** e **disposto**, mental e fisicamente.

No século das questões psicológicas, estresse está longe de ser "mimimi". Em maio deste ano, a **Organização Mundial de Saúde** declarou que a [síndrome de burnout](#), condição causada por o esgotamento no trabalho, **oficialmente** se tornará uma **doença** em 2022, quando sai a versão atualizada da Classificação Internacional de Doenças.

O efeito será **prático**, uma vez que esta poderá ser considerada uma **doença trabalhista**. Mais do que nunca, o estresse **causado** pela empresa será **reconhecido** como **responsabilidade** da própria.

Menor produtividade

Passou da hora de parar de **normatizar** o estresse. "Quando o funcionário veste a camisa e se preocupa

com o que faz, o estresse é uma resposta natural, certo?" **Errado.**

Pesquisa feita por a empresa **Towers Watson** mostrou que colaboradores com alto nível de estresse no trabalho são menos **engajados** e **produtivos**. Eles também têm níveis mais altos de [absenteísmo](#).

Agora pense que o colaborador estressando não é apenas **um**. Muitas vezes, são **times** inteiros. A **dinâmica** pode ser corrompida, o rendimento da equipe **cai** e o **relacionamento** interpessoal pode ser afetado.

Como identificar o estresse

Não temos dúvidas de que você definitivamente **não** quer este cenário na sua empresa.

Para te ajudar a **identificar** se o estresse **domina** o seu ambiente de trabalho, listamos alguns **fatores** que devem levantar a bandeira vermelha. Estes são apenas **exemplos** mais abrangentes, mas cada caso é um caso.

- Os colaboradores estão constantemente **doentes**;
- A comunicação interpessoal tem um tom **ríspido**;
- O rendimento da equipe era ótimo e **caiu** bruscamente;
- A **rotatividade** de funcionários é alta.

Importante dizer que não nos referimos a períodos de **crise** nas corporações. E sim de um problema **crônico** que protagoniza o ambiente de trabalho independente das fases.

Gostou do artigo? Não deixe de seguir a página da [Conexa Saúde no LinkedIn](#).

Texto: [Manoela Caldas](#).

Jornalista