

# Qualidade de vida no trabalho beneficia a todos

O bem-estar do trabalhador ligado à produtividade e aos resultados da empresa. Essa é a ideia central do conceito de qualidade de vida no trabalho (QVT), que já faz parte da política de recursos humanos de diversas instituições públicas e privadas no país. Saiba mais sobre o assunto e conheça exemplos de ações adotadas por algumas empresas.

## Preocupação com humanização e responsabilidade da empresa

A expressão “qualidade de vida no trabalho” surgiu na década de 1960, nos Estados Unidos, onde o movimento ganhou impulso. Os principais aspectos abordados eram a segurança e saúde no trabalho, o desenvolvimento das capacidades humanas, a adequada e satisfatória recompensa pelo trabalho e a integração social.

Para o pesquisador americano Richard Walton, professor da Harvard Business School, a sigla QVT tem sido muito utilizada para descrever certos aspectos e valores ambientais e humanos que foram negligenciados pelas sociedades industriais em favor do avanço tecnológico, do crescimento econômico e da produtividade. O estudioso define QVT como o atendimento de necessidades e aspirações humanas, calcado na ideia de humanização e responsabilidade social da empresa.

Segundo Ana Cristina Limongi-França, professora da Faculdade de Economia, Administração e Contabilidade da Universidade de São Paulo, o conceito de QVT corresponde a um conjunto de ações de uma empresa que envolvem diagnósticos e implantação de melhorias e inovações gerenciais, tecnológicas e estruturais dentro e fora do ambiente de trabalho. A intenção é propiciar condições plenas de desenvolvimento humano para e durante a realização do trabalho.

A Associação Brasileira de Qualidade de Vida (ABQV), entidade sem fins lucrativos fundada em 1995, é voltada para o estímulo de ações em ambientes corporativos. Alguns princípios utilizados pela entidade são os de saúde física, estado psicológico, nível de dependência, relações sociais e relacionamento com o meio ambiente e a comunidade.

Conheça as categorias propostas por Richard Walton que avaliam a QVT e seus indicadores, sugeridos por Eda Fernandes, autora do livro *Qualidade de vida no trabalho: como medir para melhorar*:

**Compensação justa e adequada** – A obtenção de remuneração adequada pelo trabalho realizado e o respeito à equidade interna (comparação com outros colegas) e à equidade externa (mercado de trabalho).

**Condições de trabalho** – A jornada de trabalho e a qualidade e segurança do ambiente físico.

**Uso e desenvolvimento de capacidades** – O aproveitamento do talento humano, o incentivo à utilização da capacidade plena de cada indivíduo no desempenho de suas funções e *feedbacks* constantes acerca dos resultados obtidos no trabalho e do processo como um todo.

**Oportunidade de crescimento e segurança** – Políticas da empresa voltadas para a possibilidade de carreira, crescimento pessoal e segurança no emprego.

**Integração social na organização** – Igualdade de oportunidades, independente da orientação sexual, classe social, idade e outras formas de discriminação, além do cultivo ao bom relacionamento.

**Constitucionalismo** – Respeito aos direitos trabalhistas, à privacidade pessoal e à liberdade de expressão.

**O trabalho e o espaço total de vida** – Equilíbrio entre vida pessoal e trabalho e estabilidade de horários.

**Relevância social do trabalho na vida** – A imagem da empresa na comunidade e sua responsabilidade social, a qualidade dos produtos e a prestação de serviços.

## Serasa conseguiu reduzir problemas de saúde

A Serasa, empresa especializada em análises de informações econômico-financeiras e cadastrais para apoiar decisões de crédito e de negócios, é um exemplo de organização que adota programas de QVT. A empresa mantém serviços que visam proporcionar aos funcionários o gerenciamento de sua saúde e de seu estilo de vida, condições de bem-estar pessoal e profissional, melhoria dos relacionamentos interpessoais e das práticas de saúde.

Os programas levaram a uma significativa redução nos custos com assistência médica e odontológica e a uma queda no número de faltas dos funcionários. Veja o

que vem sendo adotado pela Serasa:

- **ações e campanhas** de cuidados com a saúde: controle do colesterol e vacinação contra gripe, entre outras;
- **programa de ginástica laboral** e campanha de doação de sangue;
- **programa de prevenção** e tratamento da osteoporose;
- **palestras sobre hábitos alimentares** e orientação nutricional, além do programa Vigilantes do Peso;
- **programa Ser Serasa, Ser Sadio**: proporciona atendimento personalizado nas áreas de psicologia, fonoaudiologia, psiquiatria, terapia ocupacional, terapias alternativas e outras.



ANA VOLPE/JS

Sessão de ginástica laboral no Alô Senado. Instituições que aplicam noções de qualidade de vida no trabalho obtêm como resultados a diminuição das faltas e a maior produtividade dos empregados

## Senado mantém serviço de reabilitação funcional

No Senado, o Serviço de Qualidade de Vida e Reabilitação Funcional (SQVR) visa ao bem-estar físico e psicológico do servidor ativo, aposentado e comissionado. Os procedimentos são fundamentados em diagnóstico prévio, em que o servidor é submetido a avaliação psicológica.

O SQVR surgiu como alternativa para solucionar os problemas decorrentes de absenteísmo, patologias ocupacionais, baixa produtividade e déficit na qualidade de vida laboral. Em parcerias com outros órgãos da Casa, como as secretarias de Assistência Médica e Social (Sams) e de Recursos Humanos (Serh), o serviço busca soluções também para processos de aposentadorias precoces deflagrados por insatisfação no ambiente de trabalho, casos de licenças médicas para tratamento de depressão e de servidores à disposição da Serh.

### Atividades desenvolvidas

#### Individuais

**Readaptação funcional** – Quando o servidor precisa mudar suas atividades ou seu local de trabalho para melhor se adequar a alguma restrição física ou mental sofrida.

**Reabilitação funcional** – Necessária quando o servidor apresenta dificuldade nos relacionamentos interpessoais, inaptidão na execução das tarefas e deficiência cognitiva.

#### Coletivas

**Ações de qualidade de vida** – Oficinas de fotografia, *feng shue*, papel artesanal, mosaico, pintura, biodança, relaxamento.

**Cursos presenciais e a distância** – Oferecidos pelo Instituto Legislativo Brasileiro (ILB).

**Programa de Responsabilidade Social** – Estímulo ao voluntariado e campanha de doação de sangue (em parceria com o Hemocentro de Brasília).

## Eletrobrás oferece *check-up* médico anual

O projeto Eletrobrás Saudável, instituído em 2006 pela Centrais Elétricas Brasileiras (Eletrobrás), é composto de ações contínuas e integradas que visam à promoção da saúde e à prevenção de doenças dos trabalhadores dessa empresa pública. A intenção é estimular a prática de hábitos saudáveis e contribuir para a melhoria do ambiente de trabalho, o aumento da produtividade, a redução do absenteísmo e, conseqüentemente, a redução dos custos com assistência médica.

A Eletrobrás proporciona aos seus empregados exames médicos anuais em clínicas especializadas de *check-up*, que permitem a realização do conjunto de exames em uma só manhã.

Eis algumas das atividades que compõem o Eletrobrás Saudável:

• **Programa de Reeducação Alimentar** – Busca, entre outros benefícios, a adequação da composição corporal e o controle e a prevenção de diabetes, hipertensão e obesidade.

• **Programa de Atenção ao Tabagismo** – Empregados tabagistas que tenham interesse em deixar o cigarro recebem atendimento individualizado.

• **Programa de Saúde da Mulher** – São realizadas palestras abordando temas específicos para o público feminino, e é distribuído material informativo sobre esses assuntos.

• **Programa Energia e Movimento** – Proporciona atendimento semanal gratuito de *shiatsu* para os empregados e mantém parcerias com academias de ginástica.

### Saiba mais

Associação Brasileira de Qualidade de Vida (ABQV)  
Alameda Santos, 211, conj. 404/405 – Paraíso – São Paulo (SP) – CEP 01419-000  
(11) 3266-6497 e (11) 3541-1322 – [abqv@abqv.org.br](mailto:abqv@abqv.org.br) – [www.abqv.org.br](http://www.abqv.org.br).