

## Saúde Mental na Pauta do Planejamento Estratégico Empresarial

Não há dúvidas, as questões relacionadas à falta de saúde mental não são um assunto da “moda”, tampouco uma “onda”, são problemas reais, que apesar de sempre terem existido na história, agora estão mais evidentes e isso se deve muito às exigências, pessoais ou externas, de como devemos nos comportar na sociedade.

No mundo empresarial, a tecnologia possibilitou à indústria e ao comércio automatizar atividades críticas ou repetitivas, e ao mercado, disponibilizou produtos e serviços diversificados, com melhor qualidade e preços mais acessíveis. Por outro lado, aumentaram os requisitos com relação aos perfis profissionais. Não basta somente ter experiência e conhecimento para executar uma determinada atividade, é preciso ter competências comportamentais para lidar com a complexidade dos cenários, os quais envolvem um maior volume de dados, a imprevisibilidade dos eventos externos, urgência por soluções mais rápidas e atrativas etc.

São muitos os obstáculos que podem atrapalhar o desempenho profissional e a constante e desmesurada pressão por resultados exercida pelas empresas, só faz piorar a situação, recaindo sobre os ombros dos colaboradores sem qualquer alívio, e o resultado, são profissionais levados a ataques de pânico, crises de ansiedade, *burnout*, depressão e sintomas no corpo dos mais diversos.

Para ter uma empresa sustentável, é fundamental estar preparado para lidar com as mudanças do cenário externo, mas é imperativo entender como está a saúde mental dos colaboradores e cuidar dos fatores que, porventura, a estejam desestabilizando, pois, sem isso, os processos internos podem ser fortemente afetados, levando a consequências imprevisíveis.

Em muitas das experiências trocadas com a grande profissional da área da comunicação, Ingrid Rauscher, da Agência ADS, concluímos que, no planejamento estratégico empresarial, deveria ser incluída a implantação de processos efetivos de comunicação para falar sobre a saúde mental dos colaboradores, envolvendo todos os níveis hierárquicos, de forma a possibilitar que o assunto seja abordado, não como tabu, mas como um tema relevante, que pode contribuir efetivamente para a obtenção de excelentes resultados, tanto para o colaborador, que passará a ver a empresa como um excelente lugar para se trabalhar, como para a empresa, que terá uma equipe mais colaborativa e com melhor desempenho.