

Saúde mental no local de trabalho: estudo questiona eficácia de programas

[Este artigo foi publicado originalmente [betano jogos de cassino](#) janeiro de 2024]

Os serviços de saúde mental no local de trabalho tornaram-se uma indústria multimilionária. Aos recém-contratados, após encontrarem onde estão os banheiros e se inscreverem [betano jogos de cassino](#) planos de aposentadoria, é apresentada uma variedade de soluções digitais de bem-estar, seminários de mindfulness, aulas de massage terapêutico, oficinas de resiliência, sessões de coaching e aplicativos de sono.

Esses programas são uma fonte de orgulho para os departamentos de recursos humanos progressistas, uma prova de que os empresários se preocupam com os trabalhadores. No entanto, um investigador britânico que analisou as respostas de 46.336 trabalhadores de empresas que oferecem esses programas descobriu que as pessoas que participavam deles não estavam melhor do que seus colegas que não participavam.

O estudo, publicado [betano jogos de cassino](#) janeiro no Industrial Relations Journal, analisou os resultados de 90 intervenções diferentes e descobriu uma única exceção notável: os trabalhadores aos quais foi dada a oportunidade de realizar trabalhos comunitários ou de voluntariado pareciam melhorar seu bem-estar.

Estudo analisou eficácia de diferentes programas

Na ampla amostra do estudo, nenhuma das demais ofertas - aplicativos, coaching, aulas de relaxamento, cursos de gestão do tempo ou de saúde financeira - teve qualquer efeito positivo. De fato, os cursos sobre resiliência e gestão do estresse pareciam ter um efeito negativo.

"É um achado plausivelmente controversa de que esses programas tão populares não foram eficazes", disse William Fleming, autor do estudo e membro do Centro de Pesquisa [betano jogos de cassino](#) Bem-estar da Universidade de Oxford.

O análise do Fleming sugere que seria melhor que os empresários preocupados com a saúde mental dos trabalhadores se concentrem [betano jogos de cassino](#) "práticas organizacionais fundamentais", como os horários, a remuneração e as avaliações de desempenho.

"Se os funcionários desejarem acessar aplicativos de mindfulness e programas de sono e aplicativos de bem-estar, não há nada de errado com isso", disse. "Mas se o objetivo é impulsionar o bem-estar dos funcionários, é preciso se concentrar nas práticas laborais".

Dados do estudo

O estudo do Fleming baseia-se nas respostas a uma pesquisa da Britain's Healthiest Workplace [betano jogos de cassino](#) 2024 e 2024 de trabalhadores de 233 organizações, com uma ligeira superrepresentação de trabalhadores de serviços financeiros e de seguros, trabalhadores mais jovens e mulheres.

A esposa de Cobb, Aiyda disse que a família tinha "sorte por estar viva", enquanto detalhava o ocorrido [betano jogos de cassino betano jogos de cassino](#) conta no Instagram.

"O carregador de Tesla pegou fogo na garagem tarde da noite passada e rapidamente se espalhou", escreveu ela no Instagram Stories. "Nós saímos fora do apartamento com nada além das roupas nas costas, sem sapatos nos pés."

Cobb confirmou mais tarde que ele, [betano jogos de cassino](#) esposa e seus três filhos estavam

seguros. Agradeceu aos bombeiros por terem respondido ao incidente."

Informações do documento:

Autor: symphonyinn.com

Assunto: betano jogos de cassino

Palavras-chave: **betano jogos de cassino - symphonyinn.com**

Data de lançamento de: 2024-08-15