

AGEAS SEGUROS ALERTA PARA OS RISCOS DO EXCESSO DE REUNIÕES

A pandemia levou a um aumento do número de reuniões, nomeadamente, devido à adoção do teletrabalho pela maioria das empresas. Neste ambiente, as reuniões tornaram-se rapidamente parte do dia-a-dia dos colaboradores e ferramentas como o Zoom e o Teams tornaram-se essenciais, mas também um risco.

Se por um lado, para muitas empresas é/era importante reunir consistente e periodicamente, por outro, é inegável que as reuniões virtuais contantes são desgastantes para os Colaboradores e acabam por ocupar a maior parte do seu dia de trabalho, afetando a concentração e a produtividade. Jeremy Bailenson, um especialista em comunicações da Universidade de Stanford, chegou mesmo a mencionar o termo “fadiga do zoom”, sendo várias as pessoas a apresentar sintomas de exaustão ao fim de um dia completo em reuniões online.

Desta forma, para reduzir o número de reuniões e aumentar a



produtividade é importante fazer um exercício simples:

- É mesmo necessário convocar uma reunião, ou assunto pode ser resolvido através de email ou de uma chamada?
- Definir bem a periodicidade e duração das reuniões, e cumprir sobretudo esta última.
- Perceba se tem mesmo de ir aquela reunião, ou se a sua presença não é essencial.

- Faça pausas entre reuniões.

Tendo em vista o bem-estar dos seus Colaboradores e a sua produtividade, o Grupo Ageas Portugal, o Grupo segurador que detém marcas como a Ageas Seguros ou a Médis, apresentou, durante a fase do teletrabalho obrigatório, o Ageas O'Clock. Esta campanha de comunicação interna procura definir, implementar e promover regras e

boas práticas para um maior equilíbrio entre vida pessoal e profissional dos seus Colaboradores, sobretudo em contexto de trabalho a partir de casa. A seguradora definiu, assim, algumas regras que passam por terminar as reuniões cinco minutos antes da hora definida, para assegurar pausas regulares; evitar o envio de emails e a marcação de reuniões fora do horário do trabalho, bem como na tarde de sexta-feira; bloquear na agenda pequenos intervalos ao longo do dia; e promover momentos informais e de descontração com a equipa. Assim sendo, nesta fase em que estamos todos lentamente a voltar ao normal, é altura de mais empresas adotarem medidas para reduzir o número de reuniões online e presenciais e proporcionarem aos seus Colaboradores mais tempo de concentração e, também, um maior equilíbrio entre a vida pessoal e profissional. Afinal, Colaboradores felizes fazem empresas felizes e de sucesso.

O APARECIMENTO DE UM NOVO TIPO DE ACIDENTE AUTOMÓVEL

A Ageas Seguros, nos últimos tempos, tem estado atenta ao surgimento de um novo risco que está a contribuir para a sinistralidade automóvel no novo normal, relacionado com a realização de reuniões por Zoom/Teams a partir das viaturas. Em países como o Reino Unido, por exemplo, observou-se um aumento de sinistros relacionados com as reuniões online, sendo mesmo considerada uma ameaça emergente.

Normalmente, na condução, a conversa telefónica, mesmo que em mãos livres, gera sempre alguma distração. Se um condutor tenta concentrar-se no que várias pessoas estão a dizer numa reunião online, esse risco aumenta exponencialmente. Assim, sendo a prevenção um ponto essencial para a Ageas Seguros, é importante chamar a atenção para este tema, uma vez que um dos fatores para a realização das chamadas dentro dos veículos pode estar diretamente relacionado com o agendamento de reuniões demasiado cedo, ou em janelas horárias próximas da saída de colaboradores do seu local de trabalho. Situações que sugerimos que devem ser evitadas.

