Incentivo a bem-estar vai de viagem a soma em dinheiro

Motivados por vantagens, profissionais adotam novo estilo de vida

Na Virtual Office (centros de negócios), os 70 colaboradores passaram por check-up em abril. Após consulta com um médico, saíram com indicações de mudança para melhorar as condições de saúde. Mesmo sem bônus anunciado, 65 deles aderiram à iniciativa.

Para incentivá-los, porém, a empresa vai premiar quem obtiver os melhores resultados nos exames com uma viagem regional ou um ano de academia. Ainda está em definição quais critérios serão adotados, mas já se sabe que nove pessoas serão contempladas, destaca a diretora Mari Gradilone.

A assistente de cobrança Fernanda Cristina Corrêa, 33, é uma das que se dizem motivadas a continuar pela premiação. No entanto, não nega que, após dois meses de caminhadas diárias de 30 minutos, sente melhora tanto na disposição quanto nas noites de sono.

"Saber do prêmio me dá mais motivação para continuar", destaca, acrescentando que, "de 0 a 10, as chances de ganhar o prêmio chegam a 7".

Carinda Di Giovanni, gerente de patrimônio humano da Samcil (planos de saúde), concorda que o incentivo em dinheiro faz diferença na motivação do colaborador.

Há quatro anos, a companhia premia quem se dispõe a completar a Corrida Internacional de São Silvestre, em São Paulo, nos tempos propostos -1h50min para as mulheres e 1h35min para os homens.

Check-up, taxa de participação na prova e suporte de médicos, nutricionistas e fisioterapeutas são oferecidos pela empresa. Os que cumprem a meta também ganham R$ 1.000.

Em 2008, 350 pessoas participaram, e 70% levaram bônus.

A analista Viviane Silva, 33, foi uma das contempladas. "Decidi participar pela premiação. É a terceira vez que termino no tempo proposto."

Antes sedentária, passou a caminhar 40 minutos cinco vezes por semana para treinar. "Sinto-me mais disposta."

Outros métodos

Nada de incentivo em prêmio ou dinheiro. Para alguns profissionais, basta a forma de condução dos programas para estimular a participação.

É o caso da Ticket (convênio-alimentação), que mantém há seis anos o Viva Melhor, com médico, psicólogo e nutricionista. Os líderes incentivam a participação dos funcionários.
"Não há porque premiar alguém que está cuidado de si mesmo", considera a diretora de RH, Eliane Aere.

A utilização deste artigo é exclusiva para fins educacionais

Sobrepeso atinge 64% de executivos

COLABORAÇÃO PARA A FOLHA

Entre os executivos, 64% apresenta obesidade ou sobrepeso, 43% são sedentários, 14% têm hipertensão e 12% fumam. Esse é o retrato traçado em uma pesquisa elaborada pelo Grupo Fleury com 1.398 profissionais, ainda em fase de finalização.

O estudo comparou os check-ups dos mesmos profissionais em 2007 e 2008. Dos casos de hipertensão diagnosticados, houve redução de 62%.

Uma das explicações está no desconhecimento sobre o mal, destaca a gerente de gestão de saúde, Débora Stibler.

O sedentarismo também caiu —44% passaram a ter alguma atividade física após o levantamento em 2007. A taxa de sobrepeso ou obesidade, contudo, não teve alteração.

A utilização deste artigo é exclusiva para fins educacionais

Fonte: Folha de S.Paulo, São Paulo, 21 jun. 2009, Empregos, p. 2-3.