

# Qualidade de vida e produtividade no trabalho? Entenda a relação!

Qualidade de vida e produtividade no trabalho são dois conceitos que podem conflitar no dia a dia das empresas, mas devem ser tratados como correlativos e cooperativos entre si. Isso significa que, quando estão em harmonia, um contribui para a melhoria do outro. Contudo, para alcançar esse patamar, é preciso tomar algumas atitudes.

Neste artigo, vamos falar sobre a relação entre qualidade de vida e produtividade e como a empresa pode proporcionar uma sintonia maior e obter vantagens com isso. Boa leitura!

## Qual é a relação entre qualidade de vida e produtividade no trabalho

A [qualidade de vida](#) é responsável por garantir evoluções na saúde e no bem-estar das pessoas, não apenas no âmbito pessoal como também no profissional. Os efeitos disso são percebidos na produtividade individual e também no clima organizacional. Conseqüentemente, os resultados da empresa são mais satisfatórios e todos saem ganhando nessa história.

## Como a empresa pode contribuir para a qualidade de vida dos funcionários

Diante desse cenário positivo, resta às empresas fazerem sua parte a fim de possibilitar esses ganhos. Diversas atitudes podem contribuir nesse sentido, mas vamos destacar algumas das principais.

### Ofereça benefícios

Os [benefícios](#), como o próprio nome sugere, visam a proporcionar vantagens aos colaboradores. Entretanto, a organização também é favorecida por essa ação.

Os tipos mais comuns de benefícios oferecidos são: [vale-transporte](#), plano de saúde e vales refeição e [alimentação](#). Mas existem outros diferenciais que podem ser bem interessantes, como:

- [vale combustível](#);
- vale cultura;
- descontos em estabelecimentos comerciais da região;
- convênios com instituições de ensino.

### Implantando uma cultura de feedback

A cultura do feedback é muito mais do que uma reunião semestral de avaliação de desempenho. Ela deve ser praticada no dia a dia, em 360°. Toda a equipe, desde funcionários mais operacionais até a alta gestão, deve dar e receber feedbacks constantemente.

Essa prática melhora a comunicação interna, evita ruídos e ainda promove o aprimoramento profissional, visto que os aspectos a serem desenvolvidos são discutidos e os pontos fortes de cada um podem ser reproduzidos por toda a equipe.

### Investindo na infraestrutura da empresa

Os investimentos em infraestrutura são fundamentais para o bem-estar físico dos colaboradores. O

mínimo que deve ser feito é cuidar da ergonomia das estações de trabalho. Adicionalmente, criar um espaço confortável para os momentos de descanso ajuda na recuperação das energias.

## **Sendo mais flexível**

Por fim, é fundamental evitar a rigidez nas relações de trabalho. A falta de flexibilidade torna o ambiente menos colaborativo e mais hostil. A lógica por trás disso se resume a “se meu chefe não pode fazer algo por mim, logo eu não sou obrigado a fazer nada além do necessário por ele”. Sendo assim, não existe uma motivação para alcançar novos patamares e a empresa tende a estagnar.

Como podemos notar, a qualidade de vida e produtividade estão diretamente relacionadas. Investindo na primeira, os reflexos de melhorias são sentidos na segunda. O resultado disso é uma empresa com funcionários mais engajados e com mais chances de destaque no mercado.

Se você gostou deste conteúdo e quer saber um pouco mais sobre o assunto, confira este artigo sobre [produtividade no trabalho](#).