

## MENOS METAS, MAIS SAÚDE O ANO TODO

**Pressão por metas no setor bancário está afetando a saúde mental dos trabalhadores.**

A saúde mental não deve ser tema de conversa somente em setembro. O mês é dedicado à prevenção ao suicídio e reforço das formas de ajudar quem passa por transtornos. Mas estes desafios são enfrentados diariamente, portanto se faz necessária a realização de ações contínuas de conscientização e prevenção, extrapolando o mês de setembro.

Estudos e pesquisas\* mostram que o trabalho pode adoecer. A forma de gestão adotada em algumas empresas, focada na produtividade e lucro acima de tudo, inclusive acima da vida do

trabalhador, é apontado como principal agente deste processo.

Segundo o diretor de Saúde, Deusdeth Amorim, os bancos infelizmente são campeões neste quesito. "Fatores como pressão excessiva no trabalho para extrair o máximo de produtividade do trabalhador, assédio moral e sexual, carga de trabalho extrapolada devido às demissões/não reposição de trabalhadores, metas inatingíveis e falta de apoio emocional podem gerar e/ou contribuir para problemas de saúde mental entre os trabalhadores e as trabalhadoras", explica.

### Adoecimento mental no ramo financeiro

<b>70%</b>	dos trabalhadores do ramo financeiro apontam a indignidade no trabalho, avaliando como cansativo, desgastante e como fonte de sobrecarga.
<b>80%</b>	dos trabalhadores do ramo financeiro apontam riscos médios a altos de adoecimento em função da organização do trabalho.
<b>58,8%</b>	dos trabalhadores do ramo financeiro sofreram/sofrem assédio moral.
<b>80%</b>	dos trabalhadores do ramo financeiro têm colegas que sofreram assédio moral.
<b>5,6%</b>	dos trabalhadores do ramo financeiro conhecem colegas que tentaram suicídio.
<b>9,9%</b>	dos trabalhadores do ramo financeiro tiveram colegas que se suicidaram.
<b>88%</b>	dos trabalhadores do ramo financeiro conhecem pelo menos um trabalhador afastado por doenças relativas ao trabalho.

Os óbitos de trabalhadores(as) são, segundo estudos, desencadeados por adoecimento no trabalho. De acordo com a Pesquisa Nacional de Saúde (PNS) do IBGE, em 2019, foram notificados 13 mil suicídios no país, sendo 12 mil casos em população de 14 a 65 anos. No entanto, 10 mil casos correspondem as pessoas em atividade de trabalho, sendo 77% dos suicídios ocorreram entre homens. Deusdeth lembra que a situação entre os bancários é tão delicada, que no último ano houveram vários casos de bancários que cometeram o ato em sua própria agência.

"Isso evidencia o quanto o trabalho bancário especificamente está ligado ao adoecimento mental e quanto se mostra urgente a mudança na cultura organizacional dos bancos para promover um ambiente de trabalho saudável. Essas mudanças passam por implementação de programas e ações de bem-estar mental, promoção de cultura de respeito com os trabalhadores, sobretudo com aqueles que fazem tratamento contra depressão, ansiedade e outros", reforça.

Deusdeth enfatiza que os bancários e bancárias não estão so-

zinhos. "Por vezes o bancário se sente incomodado com o comportamento de um gestor ou até mesmo de um colega e não se sente seguro para reclamar, com medo de piorar a situação e pode ser este comportamento uma porta de entrada para a doença mental. O Sindicato está à disposição de todos bancários sindicalizados ou não para auxiliar; caso o bancário entenda que está passando por situações de assédio ou até mesmo já perceba que o trabalho está interferindo negativamente em sua saúde pode e deve nos procurar, além de fazermos visitas regulares às agências conscientizando e tirando dúvidas sobre quaisquer assuntos".

Deusdeth também deixa um alerta: "Alguns gestores se utilizam de sua posição hierárquica superior para assediar, mas temos visto colegas bancários assediando seus pares também. Nenhuma forma de assédio pode ser aceita e o Sindicato está atento e tomando as devidas medidas quando há a constatação de tais ocorrências".

Confira a matéria completa no site do Sindicato.

\*Pesquisa UNB e Sindicato dos Bancários de Brasília

# MUDAR GESTÃO

## ACABAR COM METAS ABUSIVAS E COM ASSÉDIO MORAL



O ambiente de trabalho no ramo financeiro é frequentemente marcado por altas demandas, pressão por metas e longas jornadas. Vários fatores podem contribuir para o adoecimento psíquico dos trabalhadores. **Confira:**

### EXCESSO DE METAS

Pressão constante por metas inatingíveis e assédio moral podem levar ao estresse crônico e outros problemas físicos e psíquicos.

### JORNADAS PROLONGADAS

Longas horas de trabalho e falta de funcionários diminuem o equilíbrio entre vida pessoal e profissional.

### COMPETIÇÃO

Ambiente competitivo pode gerar ansiedade e rivalidade prejudicial.

### FALTA DE RECONHECIMENTO

Ausência de valorização pode afetar autoestima e motivação.

### O QUE FAZER?

É importante reconhecer situações de pressão por resultados, assédio e depressão, pois elas podem afetar gravemente a saúde mental e emocional dos funcionários. **Se você ou alguém que você conhece está enfrentando esses problemas, considere tomar as seguintes medidas:**

#### DOCUMENTE A SITUAÇÃO

Mantenha um registro detalhado de incidentes, datas e pessoas envolvidas. Isso pode ser útil caso você precise apresentar uma queixa ou buscar ajuda posteriormente.

#### PROCURE APOIO EXTERNO

Considere buscar apoio psicológico ou psiquiátrico para lidar com os efeitos da depressão. Um profissional de saúde mental pode ajudar a desenvolver estratégias de enfrentamento e oferecer suporte emocional.

#### INFORME-SE SOBRE A LEI

Conheça seus direitos e as leis trabalhistas. Há regulamentações que protegem os trabalhadores contra o assédio e a pressão excessiva no trabalho.

#### DENUNCIE AO SINDICATO

Se a situação persistir e você acreditar que seus direitos estão sendo violados ou que a empresa não está tomando as medidas necessárias, entre em contato com seu sindicato. Eles podem oferecer orientação e representação legal.



### BORA CONVERSAR!

O #BoraConversar incentiva os trabalhadores do ramo financeiro a compartilharem suas experiências relacionadas ao assédio moral, seja sofrido diretamente ou presenciado no ambiente corporativo. Através do diálogo aberto e da busca por soluções, espera-se que seja possível promover um ambiente laboral mais humano e seguro.



# BAILE DOS BANCÁRIOS CONFIRMA SEU SUCESSO MAIS UMA VEZ



Como tudo que é bom sempre pode ficar melhor, o Sindicato dos Bancários de Ipatinga se empenhou bastante e conseguiu, segundo os próprios bancários se superar com o #bailedosbancarios deste ano. O evento foi realizado no dia 19 de agosto, no Clube Morro do Pillar, em Ipatinga.

A tradicional festa é uma das mais conhecidas do interior de Minas Gerais e reúne bancários dos diversos bancos das 13 cidades que compõem a base do Sindicato. Além disso o baile é realizado em homenagem ao Dia dos

Bancários, comemorado em 28 de agosto, relembrando os anos de luta da categoria por melhores condições de trabalho e direitos, sendo reconhecida como uma das categorias mais fortes e com negociações salariais mais robustas do país.

O baile também marca o início da Campanha Salarial. Contudo, segundo o presidente do Sindicato, Selim Antônio de Salles Oliveira, este ano a campanha decorre de um acordo de dois anos.

“Mesmo a categoria sendo bastante unida e forte, a negociação

do ano passado foi bem difícil. Ainda assim a categoria não arredou o pé e conseguimos novamente um acordo com ganho real e reposição da inflação com validade até este ano. Portanto agora serão negociados os acordos específicos por banco. Mesmo assim o nosso movimento deve continuar firme na busca por melhores direitos e melhorias das condições de trabalho, mais contratações e diminuição dos índices de adoecimento dos bancários, o que impacta diretamente em melhoria do atendimento aos clientes”, explica Selim.



Corre na galeria de fotos do Baile no site do Sindicato para conferir as fotos oficiais:  
<https://bancariosipatinga.com.br/multimedia/baile-dos-bancarios-2023>  
Mas não foi só no site que o baile bombou. O feed da galera ficou recheado...



## AINDA TEM JEITO DE MELHORAR?

Durante o baile acontecem sorteios e/ou são entregues brindes. Este ano foi um pouco diferente: os brindes foram entregues diretamente nas agências. E a galera gostou tanto que choveram pedidos nas redes. Teve página "brincando e zoando" alguns presentes que os bancários postaram como recebidos pelo Dia do Bancário. A mochila dada pelo Sindicato foi eleita como um dos melhores do ano. Dá só uma conferida!



## BAILE DOS BANCÁRIOS FEITO PELOS BANCÁRIOS

Já tem novidade para o ano que vem. O Baile dos Bancários 2024 vai ser uma construção coletiva. A Diretoria vai fazer uma consulta com os bancários da base sobre o que a categoria espera ter no evento. Nada melhor do que quem vai curtir a festa poder pedir o que mais gosta, mas claro: a maioria decide!

# SINDICATO FIRMA CONVÊNIO COM INSTITUTO UP! E GARANTE DESCONTO EM MAIS DE 2MIL CURSOS



O Sindicato dos Bancários de Ipatinga fechou convênio com Instituto Up! polo da faculdade Facuminas, que oferece cursos de especialização na modalidade EAD (Educação A Distância). Com a parceria os bancários filiados têm desconto de 20% + matrícula grátis. Ainda fica mais fácil, só é necessário apresentar documento que comprove a filiação e já pode fazer sua matrícula em um dos mais de 2 mil cursos oferecidos.

Os cursos são reconhecidos pelo MEC (Ministério da Educação), com conclusão a partir de 04 meses, TCC opcional e certificado com o mesmo valor do presencial.

Segundo o diretor Deusdeth, a formação continuada é um dos valores expressos pelo Sindicato. "Nós acreditamos que sempre é possível aprender. A especialização além de proporcionar melhores oportunidades de crescimento na carreira, promovem o crescimento pessoal. A modalidade EAD ajuda bastante a categoria, porque você tem mais flexibilidade nos estudos", explica.

<https://institoupead.com/> Instagram: @up.instituto

## VENHA SE SINDICALIZAR, FORTALECER NOSSA CATEGORIA E AINDA APROVEITAR OS INÚMEROS BENEFÍCIOS

Sindicato é pra **lutar e defender os interesses políticos e econômicos da classe trabalhadora**. Conheça algumas conquistas históricas do movimento sindical no país:

- Salário mínimo e 13º salário
- Jornada de trabalho de 44h semanais
- Seguro-desemprego
- Pagamento de horas extras
- Férias
- Adicionais de insalubridade/periculosidade
- Aposentadoria

**Junte-se à luta pelos direitos dos trabalhadores. Filie-se.**



**ACESSE NOSSO SITE E SIGA  
NOSSAS REDES SOCIAIS:**

-  [www.bancariosipatinga.com.br](http://www.bancariosipatinga.com.br)
-  Instagram/bancariosipatinga
-  Sindicato dos Bancários de Ipatinga
-  Twitter/bancariosipat



**Sindicato dos Bancários  
de Ipatinga e Região**

Rua Jacarandá, 612 - Horto - Ipatinga/MG.  
Telefone: (31) 3824-8572 / Whatsapp: (31) 99385-0039  
[www.bancariosipatinga.com.br](http://www.bancariosipatinga.com.br)

**Presidente:** Selim Antônio de Salles Oliveira  
**Secretário de Imprensa:** Eustáquio Vieira Santos  
**Diagramação:** Asterisco Comunicação  
**Jornalista:** Ludmilla Oliveira Vaz - Reg. 19083-MG.  
**Impressão:** Scrithos Gráfica / **Tiragem:** 500 unid.