

PROFISSIONAL DE DESTAQUE EM GESTÃO DE PESSOAS
PROJETO: **“SOUFFLET EM MOVIMENTO”**
DESENVOLVIDO POR: **ANA CARLA SALVALAGGIO MOURA**

Taubaté-SP

2024

PROFISSIONAL DE DESTAQUE EM GESTÃO DE PESSOAS
PROJETO: **“SOUFFLET EM MOVIMENTO”**
DESENVOLVIDO POR: **ANA CARLA SALVALAGGIO MOURA**

Case apresentado ao Prêmio Ser Humano da ABRH-SP 2024 com o projeto Soufflet em Movimento desenvolvido pela profissional de Recursos Humanos, Ana Carla Salvalaggio Moura.

Taubaté-SP
2024

SUMÁRIO

1. SINOPSE	4
2. INTRODUÇÃO	5
3. PROJETO	6
4. PILARES DO PROJETO	6
4.1 Alimentação saudável.....	7
4.2 Autoconhecimento.....	8
4.3 Cuidado com o corpo - Atividade física.....	10
4.4 Ergonomia.....	14
5. RESULTADOS	17
6. RECURSOS FINANCEIROS.....	19
7. RECURSOS HUMANOS INTEGRANTES DO PROGRAMA.....	19
8. CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	20

SINOPSE

Ter qualidade de vida, virou uma prioridade para todos nós após o enfrentamento de uma pandemia mundial. E baseado nas minhas percepções pessoais sobre esse novo cenário, veio a ideia de *“Por que não proporcionar esse incentivo dentro do ambiente corporativo? Partir do ambiente de trabalho a preocupação com o autocuidado?”* Até porque para termos rendimento operacional, resultados atraentes nas estratégias da empresa e um time engajado, precisamos primeiramente de pessoas saudáveis. Baseado nessas premissas de autocuidado e uma preocupação genuína com os seres humanos que compõe uma organização, surgiu a proposta do programa Soufflet em Movimento.

Esse programa foi pensado com muito carinho, tendo um olhar humanizado para a organização. Sabemos que o conceito de autocuidado e qualidade de vida, precisa ser desmistificado. E para que isso ocorra, precisamos dar o primeiro passo trazendo para a normalidade e fornecer conhecimento a respeito.

Só após o conhecimento, conseguimos desenvolver a consciência para que cada um na sua particularidade, identifique em qual área da sua roda da vida, precisa de uma melhor atenção e trabalho.

2. Introdução

Em 2021 recebi a oportunidade de assumir a área de recursos humanos da Malteria Soufflet Brasil, sendo responsável por todas as demandas de gestão de pessoas no Brasil. Atualmente integrante do grupo InVivo é uma empresa do segmento agroalimentar que produz Malte para as indústrias cervejeiras, contando com 29 malterias no mundo e 1 unidade no Brasil, no qual faço parte.

Contamos com time de 76 colaboradores ao todo, divididos na unidade produtiva e corporativa em Taubaté/SP, unidade logística portuária em São Sebastião/SP e escritório de agronomia, responsável pela produção de cevada local em Itapeva/SP.

Durante o levantamento histórico e de People analytics, pude perceber um aumento significativo em número de atestados relacionados a dores musculares e psicológicos, principalmente após o período da pandemia, onde, onde se tornaram mais evidentes e sensíveis algumas patologias psicológicas ou derivadas do sedentarismo.

De certa forma, mesmo que a organização não tenha sofrido grandes impactos no âmbito econômico, identificamos um cenário social que requeria atenção a esses temas e cuidados. Além disso, uma oportunidade para abordar temas onde os colaboradores pudessem trazer a normalidade e rotina como forma de prevenção e autocuidado.

Nesse período também notamos uma abertura maior com as equipes para esse tipo de abordagem, onde muitos apresentaram queixas relacionadas ao sedentarismo, sobrepeso e falta de orientação ou acompanhamento psicológico para as adversidades pessoais.

Além disso, destacamos a oportunidade de trabalhar de forma mais abrangente o tema de autorresponsabilidade relacionados a saúde e bem-estar, trazendo a consciência sobre as escolhas diárias que, se tomadas de maneira errônea, podem impactar o colaborador a médio e longo prazo. Conseqüentemente, trazendo prejuízos para a organização.

3. O Programa – Soufflet em Movimento

Diante do cenário exposto acima, construí o programa em 2021, contando com o apoio e parceria com a área de Segurança do trabalho e ESG criamos o programa focado no bem-estar social com uma visão sistêmica para todos os colaboradores, ou seja, olhando para o ser humano de forma integral: **corpo e mente**. Este programa foi nomeado como “**Soufflet em Movimento**”.

Objetivo: Fornecer por meios de informação e conscientização, metodologias para agir preventivamente e olhar com cuidado e atenção para sua saúde física e mental, para que assim possam desenvolver por meios internos e consciência sobre as próprias escolhas que afetam sua saúde física e mental.

Pilares do Programa:

- a) Alimentação saudável;
- b) Autoconhecimento;
- c) Cuidado com o corpo - Atividade física; e,
- d) Ergonomia.



Figura – Pilares do Programa

O Programa Soufflet em movimento conta com uma agenda mensal com diferentes atividades abrangendo os 4 pilares. Em resumo, destaco abaixo ações de cada pilar para exemplificar nossas ações.

a) Alimentação Saudável

Sempre tivemos uma cultura de proporcionar boas refeições na empresa, até mesmo que fosse superior ao que nosso time possui dos portões para fora da organização. Durante esse processo, conciliamos também com uma reestruturação do fornecedor, assim, priorizando um contrato onde proporcione uma alimentação mais saudável.

Nossos colaboradores contam diariamente com o desjejum com opções de frutas variadas, pães, recheio menos calóricos como peito de peru, queijo branco etc. No almoço dispomos de 3 opções de saladas, guarnições com legumes e prato principal com peixe 2x na semana, sendo salmão, tilápia e demais dias carnes nobres, como filé mignon, picanha e frango, frutas picadas e frescas após o almoço e o mesmo padrão se estende ao jantar e ceia.

Ademais, a Malteria Soufflet Brasil busca trabalhar com um cardápio sempre variado e seguindo o acompanhamento nutricional, pois, não servimos nenhum tipo de embutido e frituras.

Todos nossos pratos são preparados em um forno industrial que não se utiliza óleo, investimento feito pela empresa para aderir a esse novo modelo de refeição saudável.



Foto – Palestra e oficina culinária saudável realizada dentro da carreta culinária do SESI, Arquivo MSB

2021



Foto – Cardápio do refeitório para todos os colaboradores, incluindo terceiros e prestadores de serviços (Salmão, purê de mandioquinha salsa, arroz integral, feijão, 3 tipos de salada e fruta de sobremesa).

b) Autoconhecimento

Nesse processo de autocuidado, primeiro passo dado na jornada foi um ciclo de encontros com uma profissional em psicologia organizacional para abordar temas relacionados ao autoconhecimento, inicialmente trazendo autorreflexões.

O objetivo desse pilar foi trazer para uma normalidade a abordagem da saúde psicológica. Identificamos que isso ainda é um tema pouco discutido como sociedade e que a pandemia nos trouxe uma atenção maior sobre o cuidado com nosso emocional. No entanto, ainda observamos no dia a dia um certo pré-conceito ou até mesmo vergonha de falar sobre, de buscar ajuda, de identificar quando algo está errado, até mesmo a falta de informação e isso dificulta a identificação de uma necessidade em particular.

Diante disso iniciamos essa etapa do programa não focando nas patologias, mas trazendo os temas sobre os cuidados e hábitos com sua saúde mental e informações, proporcionando conhecimento.

Com isso, abrimos espaços para evolução no assunto ao introduzirmos dinâmicas de autoconhecimento, para olharem para si e seu momento atual de vida como um todo. Também vale ressaltarmos a abordagem sobre inteligência emocional, como podemos

identificar algo de errado com minha saúde mental, quais são os sintomas, como prevenir etc.

Agora estamos com um novo programa de Segurança Psicológica. Nesse conceito teremos rodas de conversas com pequenos grupos referentes a saúde mental de acordo com um cronograma de temas mensais, além de adotarmos encontros com a liderança com o intuito de prepará-los para lidar melhor com seu time em relação a saúde mental e como identificar potenciais problemas. Já em relação ao time, serão abordados assuntos pessoais, familiares, e possíveis patologias psicológicas.



Foto – Palestra Autoconhecimento, Arquivo MSB 2021



Foto – Palestra Importância do Cuidado com à Saúde Mental, Arquivo MSB 2022



Foto 5 – Palestra Importância do Cuidado com à Saúde Mental, Arquivo MSB 2022

c) Cuidado com o Corpo – Atividade Física

Neste pilar, buscamos reforçar para todos nossos colaboradores, incluindo prestadores de serviço fixos, a importância das atividades físicas para o bem-estar e combate as dores musculares.

Trouxemos uma palestra sobre mitos e verdades a respeito da nossa convivência com a dor: Uma abordagem clara e objetiva, focada no dia-dia dos trabalhadores para a quebra paradigmas – ministrado por um fisioterapeuta. Nosso objetivo foi apresentar a importância do movimento e atividades físicas para combater as dores musculares, além da importância de buscar profissionais especializados diante de um quadro clínico crônico de dores musculares.

Para inspiração, consciência sobre autorresponsabilidade e escolhas diárias, trouxemos também uma palestra com a Jéssica Claro. Uma profissional que sofreu um acidente de trajeto em uma moto teve sua perna esquerda instantaneamente dilacerada. Havia somente 5% de chance de vida e teve perda total de fêmur e mais 3 fraturas graves na bacia. Hoje ela é campeã de Crossfit e já realizou outros esportes como natação. Jéssica, com sua história de vida, nos trouxe a mensagem de que não há desculpas e não há limitações para cuidar de si através de um esporte.



Foto – Palestra “SobreVIVER”, Arquivo MSB 2023

Reforçando cada vez mais, os benefícios das atividades físicas para o corpo, trouxemos um profissional da saúde para conversar com nossos colaboradores sobre sarcopenia: definida como redução gradual da massa muscular, que ocorre durante o processo de envelhecimento acarretando redução da força e de função física.

Além das conscientizações, dentro deste pilar a organização implantou as atividades abaixo para os colaboradores experimentarem diferentes atividades.

Gympass

Também como forma de incentivo a prática de atividade física, nos primeiros meses do Soufflet em Movimento, implementamos o benefício do Gympass, onde os colaboradores podem utilizar academias e atividades diversas com baixo custo.

Dia do Desafio

Durante nosso programa, identificamos que trazer um incentivo a prática de atividade física de uma forma dinâmica, gerando diversão e engajamento, poderia ser mais eficaz do que propriamente palestras orientativas. Foi quando instituímos o dia do Desafio na empresa, em parceria com o SESI.

Nesse dia, convidamos todos os colaboradores, terceiros e prestadores a vestir a camisa do programa e participar de dinâmicas esportivas em grupo no nosso próprio espaço industrial e dentro de sua jornada de trabalho. Esse dia foi um sucesso, tivemos a participação em massa, e após recebermos feedbacks positivos sobre a preocupação da empresa em proporcionar momentos como esse. Além de resultar em colaboradores incluindo a atividade física na sua rotina, interação entre as áreas e agregamos a esse dia dinâmicas de trabalho em equipe.

A seguir, destacamos algumas imagens para relacionarmos esse projeto desenvolvido.



Foto – Dia do Desafio, Arquivo MSB 2022



Foto – Dia do Desafio, Arquivo MSB 2022



Foto 10 – Dia do Desafio, Arquivo MSB 2023

Vôlei

Baseado em uma pesquisa simples interna com os colaboradores, identificamos que a prática de Vôlei foi presente na vida de alguns, e com isso proporcionamos um torneio interno de Vôlei misto, incluindo também nosso quadro de terceiros fixos que atuam conosco diariamente.

O torneio gerou um grande incentivo a atividade, visto que os colaboradores se prepararam e treinaram para O grande dia. Esse evento também gerou uma interação muito grande entre as áreas, pois os times foram formados de forma mista entre administrativo, produção, manutenção, terceiros etc.

Após o torneio muitos deles continuam treinando, fazendo aulas de vôlei e ainda realizando jogos por conta deles mesmos fora do horário de expediente.

Além disso, temos um grande apoio para continuidade desse torneio anualmente.



Foto – Torneio de Vôlei, Arquivo MSB 2022

d) Ergonomia

Neste pilar, reforçamos as atividades de ginástica laboral. Implementamos a metodologia PERTO – PROGRAMA DE REEQUILIBRIO DAS TENSÕES OCUPACIONAIS com o objetivo de minimizarmos a sobrecarga do sistema musculoesquelético, o que gera benefícios físicos, psicossociais e produtivos à empresa.

Fundamenta-se nos conceitos da biomecânica ocupacional, que aborda a análise de movimento humano no posto de trabalho e nos permite avaliar, de forma quantitativa, os riscos biomecânicos no processo produtivo para corrigir vícios posturais, minimizar fadiga muscular, melhorar a condição física dos funcionários.

Para isto os profissionais de áreas críticas passaram por uma ANÁLISE BIOMECÂNICA da atividade e todos os demais preencheram questionários de desconforto, nível de dor e qualidade do sono

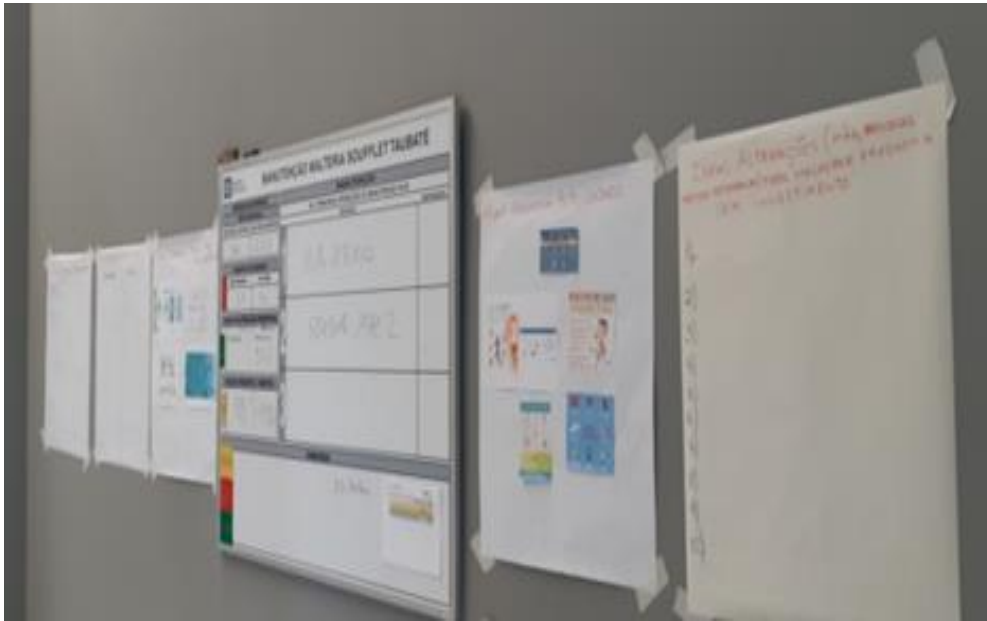
Com isto, a ginástica laboral é conduzida por um fisioterapeuta utilizando materiais como: o elástico mini band e definindo atividades específicas para cada função melhorando a condição física dos colaboradores.



Neste pilar, também envolvemos os colaboradores nas definições de ações para melhorar ergonomia. Utilizando ferramentas de qualidade e design thinking, trabalhamos em colaboração com os funcionários identificando investimentos necessários a serem realizado pela empresa, sugestões de alterações (sem necessidade de investimento), comportamentos dos colaboradores que deveriam mudar para melhor postura, utilização de ferramentas e equipamentos já existentes que poderiam utilizar para reduzir o esforço durante as atividades.

Com este processo colaborativo, foi possível ser mais assertivo nas necessidades reais para melhoria de ergonomia na organização. A partir dessa metodologia, a Malteria Soufflet Brasil investiu em ações como:

- Posto avançado de trabalho, com ferramentas em locais específicos;
- Investimento em melhoria de içamento de carga e investimento em talhas elétricas para reduzir esforço;
- Investimento em equipamentos para movimentação;
- Investimento em mochilas ao invés de bolsas para a equipe de manutenção para facilitar e minimizar o peso na lateral do corpo.



Brainstorming sobre Ergonomia: Investimentos, Melhorias em Processos, Mudanças de Hábitos, Arquivo MSB 2022



Foto – Instalação de Posto de Ferramenta Avançado, Arquivo MSB 2022



Foto – Aquisição de Mochila Ergonômica, Arquivo MSB 2023

5. Os Resultados

Como resultado do programa “Soufflet em Movimento”, constatamos uma redução significativa do nosso absenteísmo desconsiderando os afastamentos a longo prazo por auxílio-doença. Nosso percentual está menor que 1%. Além da redução de queixas sobre dores musculares pelos nossos colaboradores.

Identifica-se também ganhos qualitativos como melhoria na produtividade e clima organizacional, além de maior percepção por parte dos colaboradores sobre a seriedade e relevância do tema Saúde e Segurança para a Malteria Soufflet Brasil.

Depoimentos de colaboradores que participaram do programa:

“Participar do torneio de vôlei da ação Soufflet em Movimento me ajudou a conhecer e acessar pessoas de outras áreas, além de trabalhar algumas dificuldades pessoais, onde pude me arriscar em fazer algo novo, me divertir com o processo e aprender com outras pessoas. Vejo que foi uma oportunidade de todos conhecerem mais a si mesmos, os outros colegas e se divertirem uns com os outros ao estar num clima mais

descontraído. Acredito que essas ações são muito positivas e colaboram pra todos de uma forma leve e divertida.” (Brenda Thuana – Técnica Laboratório).

“Após a Soufflet implementar esse novo programa “Soufflet em movimento” e nos mostrar a importância e o impacto de uma vida saudável com boa alimentação e atividades físicas, trouxe um ganho significativo em um todo na minha vida. Mostrando com palestras, dicas de alimentação, incentivo do gympass e eventos esportivos.

Com o nosso primeiro torneio interno de vôlei, vimos como é bom e como podemos ir longe, pois teve integração entre funcionários e uma competitividade boa interna, nos incentivando a prática do esporte com mais frequência em nossa rotina, e pra algumas pessoas se tornou um “vício” bom e que não pode mais faltar durante a semana.

Creio que sem essa iniciativa da empresa nós não teríamos nos integrado assim, e essa prática não estaria tão forte entre os funcionários.” (Talita Reis – Contabilidade).

“Meu nome é Hugo Soares, tenho 58 anos de idade e sou Gestor de T.I. na Malteria Soufflet Brasil. O nosso departamento de Recursos Humanos por volta de outubro de 2022, idealizou um campeonato interno de voleibol de praia 4X4 com objetivo de arrecadar materiais para uma creche e motivar os colaboradores a prática esportiva.

Fui convidado para participar de um dos times e aceitei, como já não jogava voleibol a mais de 30 anos, comprei uma bola e comecei a treinar sozinho de duas a três vezes por semana, pela manhã antes do nosso expediente. Devido ao um período intenso de chuvas, o evento demorou a acontecer, neste intervalo continuei treinando e consegui reunir os colegas de trabalho para fazermos alguns jogos treino. A competição só aconteceu em janeiro de 2023 e o resultado foi que a equipe que participei ficou em segundo lugar na competição.

Esta competição serviu para integrar um pouco mais os colegas de trabalho e para mim, começar a levar mais a sério o voleibol de praia. Hoje estou fazendo aulas de voleibol de praia de duplas, duas vezes por semana e a cada vinte ou trinta dias reúno o pessoal da empresa para jogarmos amistosamente.

Sem dúvida o Programa Soufflet em Movimento teve um impacto muito positivo na minha vida, mais saúde física e mental.” (Hugo Soares – TI)

6. RECURSOS FINANCEIROS

Com relação a recursos financeiros, não tivemos grandes investimentos, apenas esforços e força de vontade dos envolvidos para realização de todas essas ações.

O maior investimento foi o custo de refeição, que tivemos um aumento de 20% no custo contratual. Porém avaliando o índice de satisfação, o engajamento das equipes na alimentação mais saudável e a redução de atestados por problemas de saúde, esse valor reduz significativamente.

Já nos eventos, contamos com a parceria do SESI, instituição que já tem vínculo com a empresa no sistema “s” de contribuição social, e pudemos contar com serviços gratuitos, e os pagos com valor reduzido.

Implantação do Gympass não teve grande impacto, e encorpou no pacote de benefícios. Na parte de segurança, incorporamos o custo no budget de segurança, no qual obtivemos aprovação imediata da matriz na França.

7. RECURSOS HUMANOS – INTEGRANTES DO PROGRAMA

No quesito mão de obra, pude contar com um time pequeno, porém muito engajado e comprometido com o projeto. A gestora de QSE abraçou imediatamente, apoiando nas tratativas e negociações relacionadas a segurança. No RH possuo uma Analista, Ana Claudia, que é meu braço direito em todas as ações do RH. E no projeto também não foi diferente. Ela abraçou com muita dedicação e teve o comprometimento máximo em cada ação. Além disso conto com fornecedores e parceiros, como SESI, Sodexo, Ana Cafarelli psicóloga, Plenavi empresa de psicologia corporativa e uma equipe de fisioterapeutas nas avaliações ergonômicas e atividades laborais.

8. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esse projeto é motivo de orgulho para minha carreira profissional. Atuo a 14 anos na área de Recursos Humanos e a mais de 6 anos em posição de liderança. Fazer da empresa um canal de conhecimento, bem estar e de experiências para as pessoas é meu maior prazer. Além de atuar na qualidade de vida, colhemos frutos significativos no quesito integração entre áreas, melhoria do clima organizacional e um ambiente mais humanizado, olhando para nossos colaboradores como um todo, e criando um senso de pertencimento com a empresa. A implementação de uma cultura sólida de bem-estar das pessoas e da relevância do tópico de saúde e segurança para todos dentro da organização, foi o maior objetivo, e hoje posso dizer que ele existe não só nas ações, mas nos detalhes diários.

Nossos colaboradores e aqueles que atuam dentro da organização, se sentem cuidados pela empresa e por isso, colaboram diariamente com mais atenção durante suas respectivas atividades e trazendo ideias e sugestões para redução de riscos de saúde e segurança.

Destaco que não há processos e produtos se não há pessoas, por isso o **Projeto Soufflet em Movimento** se diferencia por ser uma estratégia que abrange diversos pilares e coloca a pessoa com sua complexidade no centro da discussão e inovação. E acredito que esse projeto seja de extrema importância para ser disseminado e reconhecido pela Associação Brasileira de Recursos Humanos.