

E-book

# 5 estratégias

para reduzir custos em saúde  
e aumentar o engajamento  
dos funcionários

---



# Ü Índice

<b>1</b>	<b>Introdução</b>	<b>Pág. 3</b>
<b>2</b>	<b>As 5 melhores estratégias para sua empresa</b>	<b>Pág. 7</b>
	1º Saiba como estão os seus colaboradores	<b>Pág. 8</b>
	2º Promova cultura de saúde na sua empresa	<b>Pág. 11</b>
	3º Considere a lógica da atenção primária em saúde na sua empresa	<b>Pág. 16</b>
	4º Ofereça teleconsulta 24h por dia, 7 dias por semana para todos e ilimitado	<b>Pág. 20</b>
	5º Ofereça seguro de vida e de doenças graves para seus colaboradores	<b>Pág. 24</b>

**Este documento vai ajudar você a definir as melhores ações com retorno efetivo do investimento, sem mexer nos benefícios dos funcionários, alavancando produtividade, engajamento, saúde e o bem-estar.**



## Introdução

Já não é novidade que o cuidado com a saúde nas empresas tem sido um assunto desafiador, especialmente quando falamos de acesso e engajamento dos funcionários. Essa dificuldade fica ainda mais evidente com os avanços tecnológicos e inovações na saúde que temos presenciado nos últimos anos.

Diante dessa transformação, muitas empresas brasileiras encontram-se em uma encruzilhada – presas a modelos tradicionais e ultrapassados – onde a saúde era vista meramente como uma gestão de custos. Porém, a narrativa mudou. Isso se torna claro com a recente publicação "Saúde nas Empresas: a promoção de uma ideia sustentável", do Instituto de Estudos de Saúde Suplementar (IESS). No livro, o IESS destaca que a antiga abordagem, centrada apenas em números, não é mais eficaz.

A saúde é fundamental para a produtividade e sobrevivência das empresas. Pensando nisso, este documento traz estudos de caso de empresas que, com suas práticas distintas, proporcionam insights e métricas, mostrando o impacto positivo de suas ações na saúde de seus funcionários.



**“De maneira quase inédita, a saúde tornou-se fator determinante para a capacidade produtiva das organizações e em alguns casos, para sua sobrevivência. Isto é muito diferente de associar a saúde a questões tradicionais de indicadores de absenteísmo. E, não obstante o tamanho, as empresas se tornaram agentes indispensáveis na promoção e sucesso pela busca da saúde, dentro e muito além de seus muros. Isto implica em rever e modernizar os paradigmas com que atuam.”**

*(IESS, p. 09).*

A frase escrita por Paulo Sardinha, presidente da Associação Brasileira de Recursos Humanos (ABRH), traz uma reflexão crucial: promover a saúde nas organizações precisa se tornar uma prioridade para os profissionais de Recursos Humanos.



## Mas a reflexão não para por aí.



Paulo Sardinha também ressalta o interesse crescente da comunidade financeira em **considerar critérios ligados à saúde ao analisar investimentos, especialmente em relação à ESG (Environmental, Social, and Governance).**

Grandes estruturas internacionais estão moldando seus padrões, como é o caso da Global Reporting Initiative. Empregadores ao redor do mundo estão atentos a esta tendência, ressaltando o bem-estar em seus relatórios anuais e alinhando seus programas de saúde aos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável das Nações Unidas (ODS). Os mais citados são o objetivo nº 3, que visa garantir saúde e bem-estar para todos, e o objetivo nº 8, que foca no crescimento econômico sustentável e empregos dignos.





Já está mais do que na hora das empresas perceberem a saúde como um diferencial estratégico do negócio.

O primeiro passo é adotar estratégias eficazes para promover ambientes de trabalho saudáveis e produtivos.



**Para ajudar neste desafio, separamos 05 sugestões estratégicas baseadas nos resultados de empresas e diversos cases de sucesso.**

**Boa leitura!**

# As 5 melhores estratégias para a sua empresa ⚡





# 1º Saiba como estão os seus colaboradores

Por trás de todo funcionário existem hábitos, histórias e, claro, um estado de saúde que impacta diretamente no ambiente de trabalho. Mas, como saber verdadeiramente como está cada um? A resposta está no mapeamento de saúde.

Ter uma perspectiva geral sobre as condições de saúde mental, física, nutricional, financeira e até mesmo qualidade do sono, as empresas conseguem informações cruciais para criar uma estratégia de cuidado e tomadas de decisões mais assertivas. Claro que, tudo de acordo com a Lei de Proteção de Dados (LGPD).

Rastreando esses dados, junto com a expertise de profissionais de saúde especializados, é



possível ter insights totalmente personalizados.

A hygia tem casos de clientes que identificaram riscos de suicídio, entre trabalhadores que pareciam apenas estar com estresse e ansiedade. Também encontramos empresas com a metade dos funcionários endividada, sendo as mesmas pessoas com questões relacionadas à saúde mental. Estes são alguns dos exemplos que vivenciamos na análise dos mapas.



## Com um mapa de saúde você saberá exatamente o que está acontecendo com seus colaboradores:



O mapeamento deve ser realizado através de um questionário simples e rápido de responder, com estratégias de engajamento para que tenha uma adesão de quase 100% dos colaboradores.

As perguntas não podem ser aleatórias, mas baseadas em modelos validados cientificamente, garantindo a acuracidade das informações e permitindo comparações e previsões.



## Com um instrumento adequado, você ainda conseguirá:



## 2° **Promova cultura de saúde na sua empresa**



**Pode parecer clichê, mas campanhas de educação em saúde ainda são uma das principais estratégias para melhorar o estado de saúde das pessoas.**

**Por isso, a empresa pode se tornar a principal fonte confiável de informações, evitando a circulação de notícias falsas, estimulando hábitos saudáveis e gerando engajamento em ações de promoção da saúde e prevenção de doenças, chegando aos colaboradores até para os familiares e comunidade local.**



Campanhas temáticas,  
sazonais e calendários  
da saúde 📅



Newsletters,  
infográficos e  
e-books 💻



Dia dedicado a  
cuidados da  
saúde 🍓



Desafios de  
adesão e hábitos  
saudáveis ⚡





**Palestras também podem ser uma boa estratégia.** Pode estar inserida na Semana Interna de Segurança do Trabalhador (SIPAT), mas também ao longo do ano. Pode, inclusive, definir um calendário mensal, pré determinado, com realização de parceiros, promovendo conexão, estimulando a prevenção do adoecimento físico e emocional, bem como em relação à contribuição das atividades do indivíduo para o crescimento na empresa.

**Outro impacto é mudar o ambiente para induzir a hábitos saudáveis, como oferecer frutas gratuitamente de lanche, presentear os colaboradores com garrafinhas e disponibilizar água filtrada, colocar adesivos em escadas e espaços estimulando se movimentar durante o expediente. Estimular grupos de caminhada ou organizar outros tipos de atividade física, o que aumentará a confraternização e a adoção de hábitos de vida saudáveis, inclusive com desafios entre times internos.**







**Fazer parte de grupos exerce grande influência no nosso comportamento, uma vez que somos seres sociais, motivados pelo senso de pertencimento.**

**Nos beneficiamos da troca de experiências com indivíduos que compartilham os mesmos interesses em hábitos saudáveis.**

**Ao fazer parte de grupos, as pessoas compartilham assuntos, lugares e comportamentos saudáveis, se sentindo incentivadas a comer melhor, praticar exercícios e realizar transformações positivas em suas vidas.**

**É por isso que empresas incríveis possuem equipes saudáveis e ativas.**

### 3º **Considere a lógica da atenção primária em saúde na sua empresa**



O conceito originalmente utilizado pelo Sistema único de saúde (SUS) tem sido incorporado com sucesso por diversas empresas que oferecem ambulatórios presenciais ou totalmente digitais de **Atenção Primária em Saúde (APS)**.



**Utilizar essa abordagem pode ser a chave para uma gestão de saúde mais eficaz e humanizada na empresa. Esta estratégia permite um cuidado mais integral de seus colaboradores, com o acompanhamento dos hábitos de vida e consumo; identificando usuários que frequentemente recorrem ao sistema de saúde e possuem altos custos médicos. Ao ter essa visão, é possível direcionar essas pessoas para a navegação por linhas de cuidados, como diabéticos, hipertensos, obesos, portadores de dor crônica, entre outros.**

**A implementação da APS na empresa vai além do cuidado individualizado; ela representa também uma economia significativa, com um Retorno Sobre**



**Investimento (ROI) que pode ultrapassar os 40% já no primeiro ano de implementação.**

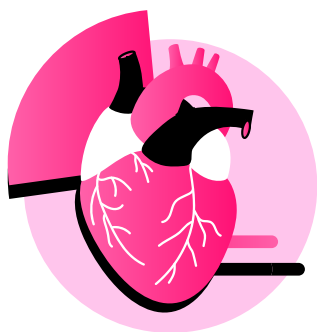
O fato é que poucos sabem como fazer isso de forma consolidada e escalável. Os profissionais de Recursos Humanos, lideranças e gestores de empresas estão cada vez mais pressionados a buscar soluções que possam ser mensuradas e que mostram a organização como um local voltado à saúde de seus colaboradores, sendo atuante na construção de uma empresa saudável, diminuindo idas à emergências, internações, atestados e melhorando a produtividade.



**Esse tipo de ação resolve 80% das demandas primárias dos colaboradores, direcionada para te trazer resultados! 100% das pessoas avaliadas por uma equipe de saúde multiprofissional, de preferência médico de família, mas também avaliação de nutricionista, psicólogo e educador físico. Check-up preventivo para quem precisa. Assistente Enfermeira Navegadora, e uma concierge/secretária/assistente pessoal de saúde, que apoia nos agendamentos e lembrança de retornos. Além de encaminhar as pessoas que precisam de maior cuidado, para para linha de cuidado, doenças crônicas e hiperutilizadores.**



**Ação que vai diminuir idas à emergências, internações, atestados e melhorar a produtividade.**



**Imagine uma pessoa que vai na emergência 1x por semana com dor no peito e pressão alta.**

Ela falta ao trabalho, e lá fazem uma consulta de 5 minutos, medem a pressão, eventualmente pedem um Raio-X do tórax, e fazem a injeção de um medicamento para dor. Ela fica em observação por umas 2h, melhora os sinais vitais e a dor, é liberada pra ir pra casa. Lá, ela se alimenta mal, segue sedentária, se incomoda com seu contexto familiar, e na semana seguinte volta a ter os mesmos sintomas. Voltando a buscar atendimento hospitalar. Cada episódio desses, custa no mínimo R\$ 1.000,00. Em um mês, são R\$4 mil em idas à emergência, impactando diretamente na sinistralidade do plano de saúde, faltas ao trabalho e impacto na produtividade da empresa.



**Essa pessoa, ao ser cuidada por um serviço de atenção primária em saúde, terá uma consulta médica, orientando exames, ajuste de medicações, medição de pressão e hábitos de vida.**

A enfermeira navegadora entra em contato periodicamente para saber como estão indo as combinações e o estado de saúde, direcionando para equipe médica caso necessário. Ela passa a não precisar mais ir toda semana ao hospital. Um programa deste tipo custa em torno de R\$ 200,00 por mês, gerando menos sinistralidade e absenteísmo, e maior produtividade e felicidade no trabalho. Apresentando um retorno sobre o investimento (ROI) perceptível em 3 meses, conforme o caso. Não é milagre, é direcionar esforços para o foco correto.



## 4° Ofereça teleconsulta disponível 24h por dia, 7 dias da semana para todos e ilimitado

Oferecer teleconsulta ou telemedicina, disponível 24 horas por dia, 7 dias da semana é uma estratégia de baixo custo e resultado imediato.

Com esse serviço os funcionários podem ter acesso a atendimento médico de qualidade de forma remota, sem precisar se deslocar fisicamente a uma clínica ou hospital, o que muitas vezes pode ocupar até um turno de trabalho. Outra vantagem é que reduz absenteísmo de forma direta, pois a possibilidade de atendimento em horários alternativos, como fora do expediente de trabalho, sem que o colaborador precise se ausentar do trabalho e mesmo os custos com plano de saúde (se tiver).







**Além disso, a disponibilidade ilimitada de atendimentos permite que os colaboradores possam receber orientação sempre que precisarem, sem se preocupar com custos extras por quantitativo ou horários de atendimento. Um ponto importante, é que este serviço evita idas frequentes à pronto atendimentos e emergências, reduzindo o risco de exposição a doenças infectocontagiosas, além de esclarecer dúvidas sobre sintomas, evitando automedicação (o que pode levar a complicações de saúde, presenteísmo, e até acidentes de trabalho).**

É importante divulgar amplamente o serviço, incentivando o seu uso. Para isso, é possível realizar campanhas de conscientização sobre a importância da telemedicina e do acesso fácil à saúde, e disponibilizar materiais explicativos, whatsapp cards e lembretes na intranet, sobre como utilizar o serviço.

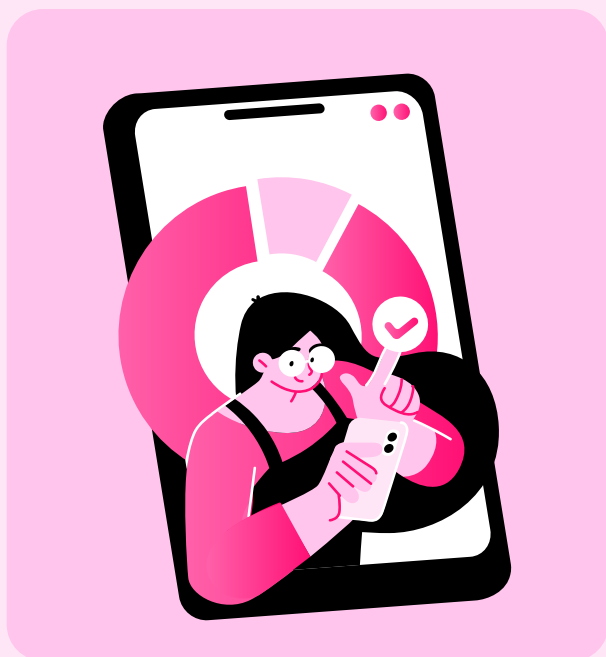
### Exemplo:

Durante o expediente, um funcionário começou a sentir dores abdominais intensas. Ele percebeu que não conseguiria terminar o trabalho do dia, e antes de seguir recomendações caseiras ou conselhos de colegas, ele se lembrou de uma arte que recebeu via WhatsApp, direcionando-o para a plataforma de pronto atendimento digital disponibilizada pela empresa. Em menos de 15 minutos, ele estava na consulta. Após receber as orientações médicas, seguiu o tratamento recomendado e se recuperou em poucos dias. O colaborador não precisou enfrentar a demora de um pronto-socorro ou esperar uma consulta presencial; e conseguiu resolver o problema rapidamente, sem precisar interromper por completo suas atividades de trabalho.



## Para a empresa, o benefício é claro:

O funcionário pôde se manter produtivo, mesmo precisando de atendimento médico durante o expediente, sem se ausentar do trabalho. A empresa também pode perceber que a alternativa ajuda a reduzir custos com saúde, ao mesmo tempo em que reforça uma cultura de bem-estar e cuidado, elevando o engajamento da equipe e fortalecendo a reputação da empresa.



Esta solução é válida mesmo para empresas sem plano de saúde, pois esse tipo de solução online costuma resolver em torno de 85% das demandas que acionam o serviço.



## 5° Ofereça seguro de vida e de doenças graves para seus colaboradores



**Oferecer um seguro de vida e doenças graves é uma forma de cuidado com seus funcionários e suas famílias, proporcionando tranquilidade em momentos difíceis. O seguro de vida pode ser oferecido como uma garantia de que, caso algo aconteça com o colaborador, sua família não ficará desamparada financeiramente. Já o seguro de doenças graves pode auxiliar na cobertura de despesas médicas e hospitalares em casos de diagnósticos de doenças graves, como câncer, acidente vascular cerebral (AVC) e infarto, por exemplo.**



**Para implementar esse benefício, é importante escolher uma seguradora confiável e que ofereça cobertura adequada para as necessidades da empresa e seus colaboradores. É possível oferecer diferentes tipo e valores de apólices, com benefícios complementares como desconto em medicamentos, assistência funeral, reembolso de despesas médicas extras em emergências, telemedicina para o colaborador e seus dependentes, acolhimento psicológico, serviços residenciais simples (como chaveiro e consertos), até desconto em serviços para pets.**



Com o seguro de vida e doenças graves, a empresa demonstra que se importa com seus colaboradores e que está comprometida em ajudá-los a enfrentar possíveis desafios da vida, especialmente importante em momentos de crise ou incertezas, como a pandemia que enfrentamos recentemente. Ao oferecer este benefício, a empresa tangibiliza para o colaborador o seu cuidado com a saúde e bem-estar dele e seus familiares, o que pode aumentar a motivação e engajamento no trabalho.





## A hygia saúde pode ser sua parceria para entregar as melhores estratégias de cuidado para os colaboradores, reduzindo custos e aumentando o bem-estar de todos.



### Com alta disposição ⚡

Colaboradores satisfeitos produzem até 10% a mais em suas atividades, gerando um maior rendimento que impacta em todos os âmbitos da empresa.



### Com mais foco 🍏

Colaboradores com rotinas e hábitos saudáveis conseguem ter mais foco otimizando suas atividades no seu trabalho.



### Com mais energia e saúde mental 🧠

Colaboradores com saúde física e mental conseguem ter um nível de estresse muito reduzido tendo mais energia para resolução de problemas.



Empresas incríveis investem em times saudáveis.

**Tudo que falamos acima está relacionado ao aumento da felicidade no ambiente de trabalho. Veja este estudo de mais de vinte anos que mostra que...**

**+86%**

dos colaboradores tornam-se mais criativos e inovadores

**21%**

torna-se mais produtivo

**38%**

de redução do estresse e absenteísmo

**65%**

menos turnover

**48%**

menos acidentes de trabalho



FONTE: [https://2388156.fs1.hubspotusercontent-na1.net/hubfs/2388156DH\\_Hello\\_Doc\\_2022\\_Designed-FINAL.pdf](https://2388156.fs1.hubspotusercontent-na1.net/hubfs/2388156DH_Hello_Doc_2022_Designed-FINAL.pdf)





## Problemas que ajudamos a resolver:



### Falta de cuidado com a saúde dos colaboradores ✖

Colaboradores satisfeitos produzem até 10% a mais em suas atividades, gerando um maior rendimento que impacta em todos os âmbitos da empresa.



### Custo alto com benefícios pouco utilizados 💰

Dificuldade em entender as necessidades e oferecer benefícios mais adequados para as características de cada população e pessoa.



### Parceria para cuidar da saúde do seu time todo dia ❤

Entendemos as necessidades de cada pessoa para planejarmos o melhor cuidado e o melhor uso dos benefícios.





# U hygia work

**A solução para empresas que buscam um benefício de saúde ou que querem otimizar custos, diminuindo a sinistralidade dos planos de saúde.**

Com o objetivo de mudar a realidade do cuidado com a saúde nas empresas, o programa hygia work potencializa negócios a partir de uma cultura de saúde e hábitos saudáveis com uma jornada completa, digital e humanizada para os colaboradores.



## Contrate o programa de saúde **hygia work** para sua empresa.

Entre em contato com nosso time:



**Clique aqui**



Empresas incríveis investem em times saudáveis.



# Quem é a hygia saúde

Pioneira em unir saúde, tecnologia, dados e finanças em um único lugar, a hygia saúde está redefinindo a forma como a saúde é percebida e vivenciada dentro das empresas. Com uma abordagem preventiva, preditiva e reativa, a empresa oferece um programa que engloba gestão personalizada e digital do cuidado, exames, consultas, além de educação voltada à saúde e medidas preventivas específicas para o ambiente corporativo.

Contando com o apoio da Google for Startups e a expertise do ex-nadador e empresário Joel Jota, a missão da hygia saúde é clara: **fazer as pessoas viverem mais e melhor, estimulando uma cultura de saúde e hábitos saudáveis.**

Em seu portfólio, destacam-se também o mapeamento de saúde que analisa hábitos e comportamentos de risco nas corporações, check-ups executivos e inovadoras soluções de testes genéticos nas esferas de nutrição, performance esportiva e farmacologia.





 **hygia work**

**Potencializando negócios  
através de uma cultura  
de saúde e bem-estar**



**hygia  
saúde**