

# BOLETIM

# ÉTICA EM DESTAQUE

Junho/2025

## Área de Convivência: Como usufruir da melhor forma

A implantação de uma sala de decompressão nas empresas não se limita apenas ao conforto físico ou à promoção do bem-estar; envolve também questões éticas relevantes no ambiente corporativo. Garantir o acesso igualitário ao espaço, respeitando a diversidade e as necessidades individuais, é fundamental para que todos os colaboradores possam usufruir do local com dignidade e respeito.

A ética se manifesta tanto no respeito às regras e horários de uso quanto na consideração pela privacidade e pelo direito ao descanso de cada pessoa. O uso consciente e responsável do espaço reforça valores como empatia, equidade e colaboração, promovendo um ambiente organizacional mais justo e inclusivo para todos, reconhecendo que cada pessoa pode ter necessidades distintas durante o momento de pausa.

Manter o ambiente limpo e organizado é fundamental, uma vez que a higiene contribui para o conforto coletivo e demonstra consideração para com os demais colegas. Cumprir os regramentos estabelecidos – como limites de tempo, uso adequado dos equipamentos e respeito aos horários definidos – garante que todas as pessoas possam usufruir igualmente do espaço, fortalecendo o senso de responsabilidade compartilhada e o espírito de convivência harmoniosa.

Além dos aspectos éticos e da boa convivência, as pausas em ambientes de relaxamento trazem impactos positivos e concretos para o desempenho profissional. Ao proporcionar um momento de afastamento das tarefas e da pressão cotidiana, esses espaços favorecem a redução do estresse, promovem o equilíbrio emocional e estimulam o bem-estar mental.

Empregados e colaboradores que fazem uso consciente dessas áreas tendem a retornar às atividades com mais concentração, criatividade e motivação, o que resulta em maior produtividade e qualidade no trabalho. A possibilidade de relaxar e arejar a mente também contribui para a prevenção da fadiga, diminuição do absenteísmo e fortalecimento das relações interpessoais, criando um clima organizacional mais saudável e colaborativo.

Por fim, investir em espaços de pausa demonstra valorização das pessoas, reforçando o compromisso da empresa com a saúde e o desenvolvimento dos seus times.

Comissão de Ética – PortosRio