



Como lidar com a morte e o luto no local de trabalho

Os sentimentos de tristeza são normais depois da morte de um ente querido. E cada um passa pelo luto de modo diferente. Na qualidade de gerente, é importante saber como podemos apoiar os membros da equipe no caso de uma perda de um ente querido.

Adote estas medidas para ajudar um funcionário enlutado

- **Ofereça condolências.** Reconheça imediatamente a morte com uma nota ou flores, enviadas pela gerência. Envie uma mensagem de apoio simples e clara à pessoa enlutada e aos outros colegas para ajudá-los a lidar com o evento.
- **Faça perguntas.** Perguntar como está a pessoa enlutada e depois ouvir a resposta pode ajudar muito.
- **Esteja receptivo.** Mantenha uma política de “portas abertas” com sua equipe.
- **Ofereça flexibilidade**, se possível. A oferta de alguma flexibilidade nas horas de trabalho ou uma folga pode ajudar o funcionário a lidar com a combinação das pressões causadas pelo trabalho e pelo luto.
- **Disponha-se a participar de uma cerimônia fúnebre.** Se houver uma cerimônia fúnebre aberta, você ou outro representante do local de trabalho podem comparecer e transmitir as condolências da empresa nesse momento. Garanta o comparecimento com a permissão expressa do membro da equipe que está enlutado.
- **Seja paciente.** É preciso ser paciente e entender que o processo de luto leva tempo e que o funcionário não se recuperará rapidamente.
- **Ofereça recursos.** Forneça informações sobre os serviços funerários. (Consulte a seção abaixo. Compartilhe informações sobre o apoio ao luto.)

Como lidar com a perda de um colega

Em caso de morte de um dos membros da equipe, veja aqui algumas medidas adicionais e também algumas coisas que você deve considerar.

- Respeite a confidencialidade das informações pessoais ou médicas a menos que tenha sido dada autorização para que sejam compartilhadas com outras pessoas. Certifique-se de verificar o que pode ser compartilhado e o que é confidencial.
- Leve em conta que a produtividade poderá ser menos que perfeita durante algum tempo.
- Se as tarefas precisarem ser redistribuídas, agradeça aos membros da equipe que puderem assumir trabalho ou responsabilidades extras.
- Esteja disposto a ouvir. Fique ciente de que os membros da equipe precisam conversar sobre a perda várias vezes, especialmente durante datas especiais.
- Compartilhe informações para encontrar mais apoio.

Compartilhe informações sobre o apoio a enlutados

Mostre aos membros da equipe e familiares como encontrar informações, recursos e apoio, se eles passaram por uma perda. Por meio dos serviços do EAP, os membros da equipe podem obter orientações no processo. Os recursos podem ajudar a aliviar o fardo durante esse período difícil.

- **Planejamento do funeral.** Os membros da equipe e familiares podem ligar para falar com um especialista em busca de ajuda para o planejamento do funeral — desde a seleção de um local para o velório até os serviços de cremação ou ajuda com benefícios aos veteranos e muito mais.
- **Auxílio financeiro.** O planejamento de um funeral pode ser bastante sensível e também pesado, do ponto de vista financeiro. O EAP pode ajudar com indicações para serviços financeiros, inclusive uma consulta gratuita com um consultor financeiro.
- **Grupos de apoio.** O EAP pode conectar os membros da equipe a grupos de apoio com opções de contato pelo telefone e pessoalmente a fim de ajudar com apoio emocional no luto. Para começar, eles podem ligar para o programa EAP.

Os serviços de apoio ao luto por meio do EAP estão disponíveis 24/7 gratuitamente. Todas as informações são confidenciais e estão disponíveis para você e para os membros de sua família que têm cobertura. Para obter mais informações sobre benefícios específicos, entre em contato com seu gerente de contas.

Como planejar um memorial pela perda de um colega

As tradições de reunir-se para o luto e realizar um velório ou funeral ajudam as pessoas a lidar com a tristeza. Veja algumas sugestões que podem ajudar:

- Organize um meio para que os membros da equipe possam compartilhar histórias, lembranças e sentimentos.
- Pense nas formas pessoais com que os funcionários podem homenagear um colega. Por exemplo, você pode acender uma vela, plantar flores ou criar um diário com fotos para fazer a homenagem.
- Da mesma forma, você pode planejar um tributo, comemoração ou cerimônia para homenagear um colega.



Este programa não deve ser usado para emergências nem para necessidades de tratamento urgente. Em uma emergência, ligue para 911, se estiver nos Estados Unidos, para o número de telefone dos serviços locais de emergência, se estiver fora dos Estados Unidos, ou dirija-se ao ambulatório ou pronto-socorro mais próximo. Este programa não substitui o tratamento de um médico ou profissional de saúde. Devido à possibilidade de haver conflito de interesses, não será fornecida consultoria jurídica em caso de problemas que possam envolver ações contra a Optum, suas afiliadas ou qualquer entidade por meio da qual o solicitante esteja recebendo estes serviços diretamente (por exemplo, o empregador ou plano de saúde). Este programa e todos os seus componentes, em particular os serviços a familiares com menos de 16 anos, talvez não estejam disponíveis em todos os locais e estão sujeitos a alterações sem aviso prévio. A experiência e/ou níveis educacionais dos recursos do Programa de assistência ao empregado podem variar de acordo com os requisitos de contrato ou com os requisitos normativos do país. Podem ser aplicadas exclusões e limitações da cobertura.

© 2023 Optum, Inc. Todos os direitos reservados. Optum® é uma marca comercial registrada da Optum, Inc. nos Estados Unidos e em outros países. Todas as outras marcas ou nomes de produtos são marcas comerciais ou registradas que pertencem a seus respectivos proprietários. A Optum é uma empresa que oferece oportunidades iguais para todos.