

# Síndrome de Burnout e o profissional de contabilidade

By

**Ana Luzia Rodrigues**

-

13/09/2022

Todo líder sonha com uma equipe engajada e produtiva, que entregue os resultados esperados e contribua efetivamente para o crescimento da empresa. Nesse sentido, o setor contábil tem um forte e delicado relacionamento com prazos, obrigações e serviços essenciais para o funcionamento dos negócios.

Essa sobrecarga de trabalho pode fazer com que o profissional contábil adquira ou agrave a [Síndrome do Burnout](#). Afinal, a rotina laboral influencia tanto o surgimento quanto o desenvolvimento dessa enfermidade.

Nesse contexto, atividades técnicas, como a dos [profissionais contábeis](#), estão ainda mais expostas a distúrbios psíquicos e suas consequências.

Como o profissional contábil pode lidar com essa doença e conciliar com o trabalho? Vejamos a seguir.

## O que é a Síndrome de Burnout?

Conforme mencionamos, a Síndrome de Burnout se caracteriza pelo surgimento de [esgotamento físico](#) e emocional causados pelo excesso de trabalho, trazendo grandes danos à vida profissional e pessoal do trabalhador.

Dentre os principais sintomas estão:

- Distanciamento afetivo;
- Isolamento social;
- Fadiga;
- Queixas de dor da cabeça;
- Dificuldades de concentração;

- Perda de rendimento;
- Faltas frequentes ao trabalho;
- Irritabilidade.

## Burnout e o profissional contábil

Quer ver como a doença tem uma forte ligação com essa profissão? Vamos lá: Você se planeja para parar às 18h, no entanto quando percebe, vira toda a madrugada debruçado em números ou relatórios.

Outro indicador para ficar alerta, é quando o contador ou empresário contábil passa a sacrificar outras obrigações como família, amigos, viagens, lazer e até atividades físicas para continuar trabalhando.

Os profissionais da área Contábil acabam se sacrificando muito com o trabalho e, várias vezes, esquecem dos momentos de descontração e relaxamento. É como se a mente estivesse alerta o tempo todo, fazendo com que se sintam exaustos.

Escritórios de contabilidade e auditoria também são locais onde ocorrem muitos casos. Isso porque está ligado ao fato de que são ambientes que exigem bastante destes profissionais os tornando exageradamente perfeccionistas.

A cobrança excessiva de si mesmo, por superiores, clientes e mudanças constantes na legislação Brasileira acaba refletindo de forma negativa na vida pessoal e profissional. Tudo isso contribui para desenvolver a Síndrome do Burnout.

Se você está neste ramo e se identificou com o texto acima, acenda o sinal de alerta e procure mudar seus hábitos antes que a situação piore. No caso de já ter um quadro mais agravado da enfermidade, acompanhe a seguir o que fazer para mudar.

## Ações que o empregador pode tomar

Ao reconhecer a presença do Burnout é fundamental oferecer ajuda para superar essa dificuldade. Nesse sentido, algumas ações podem ser tomadas como:

- Promover melhorias na rotina dos trabalhos, como, por exemplo, flexibilizando prazos para processos internos;

- Fazer com que o funcionário em questão sinta-se valorizado e à vontade para cuidar de si mesmo;
- Conversar com as pessoas e demonstrar atenção genuína;
- Oferecer ajuda médica: quando o grau da síndrome está elevado, o mais indicado é encaminhar o funcionário para acompanhamento médico.

Lembre-se, o Burnout na empresa contábil também pode se manifestar nos gestores da alta administração. Além de todas as transformações e desafios vivenciados pelo setor, o perfil profissional pode colaborar para a doença.

Contadores muito próximos do negócio, tidos como workaholics (viciados em trabalho) são os mais propensos.

## Burnout como doença ocupacional

A Síndrome de Burnout passou a ser considerada **doença ocupacional** em 1º de janeiro deste ano, após a sua inclusão na Classificação Internacional de Doenças (CID) da Organização Mundial da Saúde (OMS).

Na prática, significa que estão previstos os mesmos direitos trabalhistas e previdenciários assegurados para as demais doenças relacionadas ao emprego. E, nos casos mais graves, o trabalhador tem direito a aposentadoria por invalidez.

Portanto, o profissional contábil está garantido pela lei e pode pedir um afastamento do ambiente de trabalho para tratamento.

## Como o profissional pode tratar esse distúrbio?

Para o colaborador, o recomendado é dedicar mais tempo para lazer e descanso e não sacrificar momentos com a família e amigos. A prática de exercícios físicos também é indicada para reduzir as possibilidades de sofrer Burnout.

A mente é essencial para os trabalhos contábeis. Assim, os especialistas recomendam ainda que os profissionais adotem práticas prazerosas: assistir a filmes, leitura de livros, afastar-se um pouco das redes sociais e até mesmo uma

pequena caminhada pelas ruas do bairro.

E, se for o líder, deve amadurecer humanamente e observar melhor os seus colaboradores. Saiba identificar se as suas forças de trabalho parecem mais esgotadas do que energizadas ultimamente.

**Dica Extra do Jornal Contábil:** Compreenda e realize os procedimentos do INSS para usufruir dos benefícios da previdência social.

Já pensou você saber tudo sobre o INSS desde os afastamentos até a solicitação da aposentadoria, e o melhor, tudo isso em **apenas um final de semana**? Uma alternativa **rápida e eficaz** é o curso **INSS na prática**:

Trata-se de um curso **rápido**, porém **completo e detalhado** com tudo que você precisa saber para **dominar as regras do INSS**, procedimentos e normas de como levantar informações e solicitar benefícios para você ou qualquer pessoa que precise.

Não perca tempo, [clique aqui](#) e domine tudo sobre o INSS.

# Ninguém mais sabe Contabilidade e isso é um problema para toda a empresa

Geralmente os problemas da Contabilidade estão relacionados a cruzamentos de dados, em especial aquelas que envolvem agrupamentos de dados.

19/09/2022 18:00:01

2,4 mil acessos

**Comentamos** : Recomendo ver o livro **CONTABILIDADE GERENCIAL**.

O articulista destaca o tempo desperdiçado pelo Contador nas revisões, conciliações e reconciliações na sua contabilidade – que utiliza PLANILHA EXCEL .

Houve uma evolução pela implantação do ERP, Legados e Parceiros BPM, BI mas que ficou no mesmo lugar pois, continuam com a mesma Contabilidade Tradicional e com as mesmas conciliações.

Este problema é mundial e se quiserem confirmar ver no site

[www.periciajudicial.adm.br](http://www.periciajudicial.adm.br) na opção :

## CONTABILIDADE GERENCIAL

Teses - Dissertações

Tese de Doutorado – USP – 2010

Cláudio de Souza Miranda

Dissertação – Mestrado

Uso de Artefatos da Contabilidade Gerencial por Empresas

Brasileiras – USP – 2006

Dione Olesczuk Soutes

Tese – Livre Docência – USP – 2001

Efeito da TI na Contabilidade

Implantação – Sistema Integrado – ERP

Edson Luiz Riccio

Dissertação (Mestrado Controle de Gestão)

Estudo Comparado – Contabilidade Gerencial –

Brasil, México, Espanha – 29.04.2008

Luana Paula de Souza Barros – UERJ

## A solução é a implantação de efetivo Sistema Integrado de Gestão



*Pexels*

Alguns dias atrás, em uma conversa com colaboradores, usei a frase do título. Sou arquiteto de soluções e estou constantemente em contato com os clientes que necessitam solucionar algum problema envolvendo tecnologia.

Apesar de assuntos como ESG, Compliance e Marketing estarem surgindo com mais frequência, a principal dor das empresas ainda diz respeito aos processos contábeis e financeiros. Dinheiro sempre será o maior problema e tratar bem dele é essencial.

**Geralmente os problemas da Contabilidade estão relacionados a cruzamentos de dados, em especial aquelas que envolvem agrupamentos de dados. Imagine, por exemplo, o cruzamento de um lançamento de compra no valor de R\$ 1.000,00, feita por cartão de crédito, cujo pagamento foi realizado em cinco parcelas.**

**Haverá, portanto, cinco lançamentos na confirmação do cartão de crédito. O famoso “matching”! Pode parecer fácil, mas quando tratamos de planilhas de milhares de linhas e milhares de transações em ambos os lados, a dificuldade aumenta consideravelmente.**

Você pode pensar ainda que, de forma geral, usando funções e macros, é possível resolver esse problema. Você não está errado, mas o tempo de processamento, a dificuldade de montar essas regras, além da quantidade de dados trabalhados podem tornar o processo uma montanha russa.

**Além disso, o que encontro normalmente são empresas fazendo esse tipo de operação manual, com horas de colaboradores sendo usadas em uma operação de localizar, somar e transportar dados de uma planilha para outra... E isso, sem sombra de dúvidas, não é Contabilidade.**

Então, o problema não é Contabilidade, é simplificar ou eliminar os processos que não necessitam de conhecimento específico, para permitir que os funcionários possam ter foco no que é próprio da sua função, analisar os dados!

**Uma pesquisa do grupo The Hackett mostra que para 69% dos líderes de Finanças e Contabilidade os principais inibidores do fechamento financeiro continuam sendo processos manuais como planilhas, reindexação, reconciliação e busca de dados e erros.**

**Outro estudo, realizado pela Association of Chartered Certified Accountants, revela que 90% das planilhas contêm erros graves, mesmo aquelas que passam por testes de validação meticulosos apresentam 1% ou mais células com erros. Como resultado, qualquer processo que é dependente de planilhas produzirá resultados imprecisos.**

**Executivos financeiros, contadores e analistas estão frustrados por gastar muito tempo em trabalhos não estratégicos, inundados em atividades transacionais e sem tempo para melhorar os processos em si.**

Quando delegamos essas tarefas corriqueiras de matching para um ser humano, deixamos de aproveitar o tempo, a energia e disposição dessa pessoa para algo que só ela é especialista: a análise dos dados!

**Automação pode e deve ser a solução! De acordo com a PwC, as melhores organizações financeiras automatizadas operam a um custo 40% menor do que seus pares e gastam 20% a mais de tempo na análise de dados versus a coleta de dados.**

Ao incorporar a padronização de processos, a automação tecnológica e análise constante, a área de Finanças avança para além da execução contábil transacional e se torna parceira estratégica do seu negócio.

Então, desculpem pela frase do título, ela não é real. **O que acontece é que, no final, esperamos que o analista faça análises, o que não acontece se estão atulhados em operações de matching.**

E o matching pode e deve ser feito automaticamente pelo computador. Isso aumentará tanto a produtividade da equipe contábil e financeira, como reduzirá os erros comuns em uma análise manual.

**Por: Mário Neto é Advogado, Data Engineer e Especialista em robotização de processos na MarketTrends, distribuidora de soluções líderes globais e locais para pessoas e processos mais eficientes e negócios em conformidade**

**Recomendo ler o artigo *Síndrome de Burnot e o profissional da contabilidade.***

A fonte desta doença de stress é a Contabilidade Tradicional e com o uso de Planilhas.

**A solução é a implantação de efetivo Sistema Integrado de Gestão**