



# Manter produtividade sem levar equipes ao limite

Fadiga emocional e perda de foco avançam entre outubro e novembro enquanto organizações buscam formas de sustentar a performance sem ampliar o desgaste

**A** redução no ritmo de trabalho entre outubro e novembro já se tornou padrão em empresas brasileiras. O relatório State of the Global Workplace 2023, da Gallup, aponta que 41% dos trabalhadores do país relatam altos níveis de estresse diário, um dos índices mais elevados do mundo. Nos meses finais do ano, o acúmulo de metas, o fechamento de ciclos e a sobrecarga emocional ampliam esse cenário e afetam diretamente a produtividade.

Lvantamentos do buscador de empregos Indeed indicam que profissionais de setores administrativos e de serviços apresentam maior distração e menor capacidade de concentração no último trimestre. Embora os percentuais variem por segmento, o estudo confirma queda relevante de engajamento e maior propensão ao esgotamento.

Para Carla Martins, vice-presidente do SERAC, a perda de ritmo não é um problema pontual, mas resultado de um modelo de gestão que tenta condensar entregas complexas nas poucas semanas que antecedem dezembro. Ela afirma que alta performance não está ligada a produzir mais, e sim a produzir melhor, com propósito e equilíbrio. Segundo a especialista, quando líderes ajustam expectativas e organizam prioridades com transparência, a pressão diminui e o foco melhora.

Carla explica que a exaustão sazonal costuma surgir quando o time entra no último trimestre já acumulando cansaço emocional e pendências operacionais. Na análise dela, outubro



e novembro concentram decisões críticas e exigem preparo prévio para evitar sobrecarga. Sem essa estrutura, as equipes entram em um ritmo defensivo, marcado pela urgência constante e por queda na qualidade das entregas.

Indicadores oficiais reforçam o alerta. Dados do Instituto Nacional do Seguro Social registraram mais de 200 mil afastamentos por transtornos mentais no último ano consolidado. Especialistas apontam que o estresse ocupacional está entre os principais gatilhos desses afastamentos. Relatórios da consultoria McKinsey mostraram que equipes submetidas a pressão contínua, sem apoio ou organização clara, apresentam maior probabilidade de desenvolver quadros de burnout, absenteísmo e queda de desempenho.

Para manter energia e foco até dezembro, Carla orienta que líderes reorganizem prioridades com clareza e revisem o que realmente precisa ser entregue. De acordo com ela, quando a equipe compreende o impacto de cada tarefa, diminui a ansiedade e o retrabalho.

A especialista defende ainda que agendas sejam ajustadas e prevejam pausas. Pesquisas da Universidade de Stanford mostram que longas jornadas reduzem o rendimento após determinado ponto e que descanso estruturado aumenta a precisão e a velocidade de execução.

Outra recomendação é dividir grandes entregas em metas semanais, criando microvitórias que mantêm a motivação. Conversas individuais também têm impacto, segundo estudos da McKinsey, que apontam redução no risco de esgotamento em equipes que contam com acompanhamento contínuo. Na avaliação de Carla, esses diálogos reforçam conexão e ajudam a identificar sinais de sobrecarga antes que eles avancem.

Nos meses finais do ano, o acúmulo de metas, o fechamento de ciclos e a sobrecarga emocional ampliam esse cenário e afetam diretamente a produtividade.

A especialista também alerta para a importância da distribuição equilibrada da carga de trabalho. Quando tarefas ficam concentradas em poucos profissionais, o desgaste aumenta e a operação perde eficiência. Para ela, alta performance é resultado de uma cultura coletiva, na qual responsabilidade, ritmo e autonomia são compartilhados.

Carla avalia que o último trimestre é decisivo para consolidar confiança entre líderes e equipes. A forma como a pressão é conduzida nos meses finais influencia diretamente o início do ciclo seguinte. Ela afirma que liderar não é intensificar esforço, mas criar condições para que o trabalho flua com clareza e qualidade. Segundo a executiva, quando equipes atravessam o fim do ano com orientação, organização e equilíbrio, o engajamento aumenta e a entrega melhora.

Entre as recomendações para atravessar o trimestre com força, Carla sugere planejamento antecipado já no início de setembro, revisão de processos que geram desperdício de tempo, reuniões mais curtas e objetivas, rodízio de responsabilidades e celebrações internas moderadas que reforcem pertencimento sem impactar a operação.

Para ela, desempenho sustentável depende de equilíbrio. Entregar dezembro à custa de janeiro compromete a saúde das equipes e cria ciclos de desgaste. A especialista ressalta que liderar com estratégia, ritmo saudável e propósito é o que mantém times produtivos de forma contínua.

## Como as plataformas jurídicas podem apoiar o setor a superar os desafios da IA

Magno Alves (\*)

*Superar esses desafios não passa por resistir à tecnologia, mas por integrá-la de forma consciente*

**A** inteligência artificial (IA) já marca presença definitiva em diferentes setores, incluindo o mercado jurídico. No entanto, ainda que o interesse pelas soluções de IA tenha crescido de maneira relevante, diversos aspectos, estratégicos e operacionais, continuam em debate, exigindo das áreas jurídicas um olhar atento para riscos e adaptações. De acordo com levantamento da FTI Consulting, 85% dos diretores jurídicos de grandes empresas estimam que os riscos operacionais ligados ao uso de IA devem aumentar em 2025.

O estudo, realizado em 2024 com mais de 200 executivos de empresas com faturamento superior a 100 milhões de dólares, também evidencia que todos os departamentos jurídicos consultados enfrentaram questionamentos internos sobre o tema ao longo do último ano, o que reforça a centralidade da discussão e destaca a necessidade de adequação constante à evolução tecnológica.

Dante desse cenário, como superar tais riscos? O primeiro passo é reconhecer os efeitos da tecnologia quanto na capacitação de profissionais especializados, capazes de apoiar as áreas jurídicas na superação desses desafios.

### Riscos iminentes no setor jurídico

Um dos principais riscos para o setor jurídico é o fenômeno conhecido como "eficiência tóxica", que ocorre quando as empresas tentam automatizar processos que, na verdade, não deveriam existir. A simples digitalização de fluxos obsoletos e burocráticos acaba apenas por perpetuar problemas históricos, transferindo-os para um ambiente digital sem promover melhorias substanciais.

Outro risco iminente refere-se à automatização do erro sistemático. Sem a supervisão adequada, a geração em grande escala de peças processuais pode ocorrer com falhas repetitivas que, em um trabalho manual, seriam identificadas e corrigidas pela experiência dos profissionais do direito. Essa situação pode comprometer a qualidade dos documentos e gerar impactos negativos consideráveis nos processos judiciais.

Além disso, há ainda o desalinhamento estratégico, que ocorre quando os departamentos jurídicos se tornam desconectados dos objetivos gerais do negócio. Nessa situação, a automatização de contratos pode parecer uma solução eficiente, mas, se esses documentos não refletem a evolução do modelo de companhia, os problemas existentes acabam se multiplicando rapidamente, gerando impactos negativos para a gestão e a tomada de decisão.

Por fim, é importante destacar o risco de atrofia de competências, um problema que afeta não apenas o setor jurídico, mas diversos outros segmentos. Jovens advogados que se desenvolvem em ambientes dominados pela

hiperautomação podem se tornar excessivamente dependentes da tecnologia, o que pode comprometer a capacidade crítica de questionar premissas e desenvolver argumentos originais, que são aspectos essenciais para o exercício pleno da advocacia.

### O papel das plataformas jurídicas

De um modo geral, superar esses desafios não passa por resistir às inovações tecnológicas, mas sim em integrá-las de maneira consciente e assertiva. A implementação da inteligência artificial deve ser acompanhada de checkpoints humanos, formação contínua dos profissionais e um foco claro em liberar os advogados para se dedicarem a demandas mais estratégicas e de maior valor agregado.

Nesse ponto, as plataformas jurídicas integradas à inteligência artificial representam um avanço decisivo para o setor. Essas soluções entregam eficiência na gestão de processos, permitem uma análise aprofundada de dados e oferecem suporte consistente à tomada de decisões, ao mesmo tempo em que garantem parâmetros claros de segurança da informação e governança corporativa. No entanto, quando mal direcionada, a aplicação da inteligência artificial pode comprometer a privacidade dos dados, ampliar vieses existentes ou mesmo gerar decisões equivocadas.

Entretanto, ao utilizar uma plataforma estruturada, é possível alinhar a tecnologia com as exigências da LGPD, garantir o respeito ao sigilo profissional e preparar os departamentos jurídicos para atender às futuras demandas regulatórias, como as previstas no Marco Legal da Inteligência Artificial. O Projeto de Lei 2.338/2023, aprovado pelo Senado em dezembro de 2024, estabelece diretrizes importantes sobre a transparência no uso de conteúdos protegidos por direitos autorais e regulamenta as negociações de remuneração aos autores, o que reforça a necessidade de adequação proativa dos sistemas e processos jurídicos.

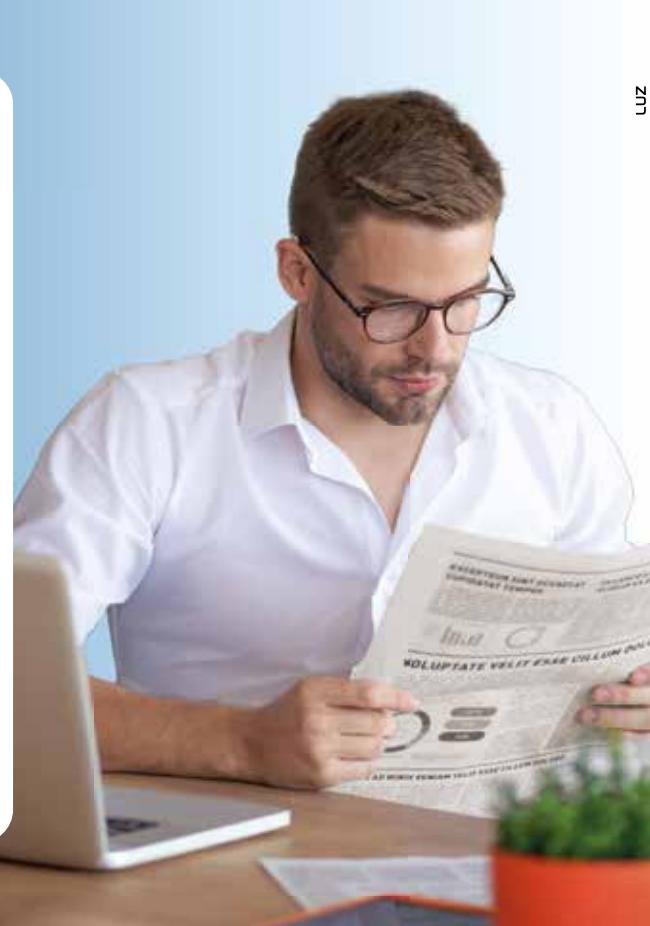
**Caminho ético e estratégico**  
A implementação bem-sucedida da inteligência artificial em ambientes jurídicos vai muito além da simples aquisição de software, demandando uma customização responsável e um acompanhamento constante para que os modelos evoluam em consonância com a prática do cliente, mantendo-se sempre atualizados e pautados por princípios éticos.

Inevitavelmente, o futuro da advocacia será permeado pela tecnologia e pela inteligência artificial, cabendo às empresas refletirem sobre a maneira como essa integração será realizada. Com o suporte das plataformas jurídicas, a tecnologia pode deixar de ser vista como um risco e se transformar em um instrumento de transparência e eficiência estratégica, contribuindo efetivamente para a modernização e o fortalecimento do setor.

(\*) Diretor da vertical Jurídica da Benner, empresa de tecnologia que oferece softwares de gestão empresarial e serviços de BPO para revolucionar e simplificar os negócios.

2ª Vara de Registros Públicos EDITAL DE CITAÇÃO expedido nos autos da Ação de Usucapão, PROCESSO N° 1203851-03.2024.8.26.0100 O(A) MM. Julz(a) de Direito da 2ª Vara de Registros Públicos, do Foro Central Civil, Estado de São Paulo, Dira, Patricia Martins Conceição, na forma da Lei, etc. FAZ SABER a(o) Manuel de Oliveira, Maria Ernestina Ferreira Gomes, Edifício Conde Prates, Henrique Ferreira de Oliveira, Henrique Pina de Oliveira e Roberto Carlos Pina de Oliveira, réu ausentes, incertos, desconhecidos, eventuais interessados, bem como seus cônjuges e/ou sucessores, que Fernanda Bressanelli Casulli ajuizou(ram) ação de USUCAPÃO, visando declaração de domínio sobre apartamento 1, do Edifício Conde PRATES, situado à rua Juventus, 51, Mococa, São Paulo - SP, alegando posse mansa e pacífica no prazo legal. Estando em termos, expediu-se o presente edital para citação dos supramencionados para contestarem no prazo de 15 (quinze) dias úteis, a fluir após o prazo de 20 (vinte) dias da publicação deste edital. Não sendo contestada a ação, o réu será considerado revel, caso em que será nomeado curador especial. Será o presente edital, por extenso, afixado e publicado na forma da lei. NADAMais. Dado e passado nesta cidade de São Paulo, aos 03 de novembro de 2025.

**AS PUBLICAÇÕES LEGAIS**  
**NOS JORNais SÃO DATADAS E AUTENTICADAS, SEM MARGEM PARA ALTERAÇÃO POSTERIOR DO CONTEÚDO DIVULGADO.**  
**AFINAL, O JORNAL É LEGAL.**



## PROTOCOLO DE ASSINATURA(S)

O documento acima foi proposto para assinatura digital na plataforma Certisign Assinaturas. Para verificar as assinaturas clique no link: <https://assinaturas.certisign.com.br/Verificar/2B09-A3A6-C360-185D> ou vá até o site <https://assinaturas.certisign.com.br:443> e utilize o código abaixo para verificar se este documento é válido.

Código para verificação: 2B09-A3A6-C360-185D



### Hash do Documento

E12FD4482ADE4E02FB2957468942EAC9956EFB522DE3CEEC1F2B7732300037FD

O(s) nome(s) indicado(s) para assinatura, bem como seu(s) status em 01/12/2025 é(são) :

Lilian Regina Mancuso - 05.687.343/0001-90 em 01/12/2025 19:13 UTC-03:00

**Tipo:** Certificado Digital - JORNAL EMPRESAS E NEGOCIOS LTDA - 05.687.343/0001-90

