

## Guia de sobrevivência: saiba como organizar seu tempo

Dicas essenciais para o corretor de seguros de alta performance que quer (e precisa!) evitar a exaustão mental



### 1. Estabeleça o "horário de sinistro"

Trabalhar com seguros é lidar com imprevistos, mas você não pode estar em "modo de emergência" 24 horas por dia.

#### Ação:

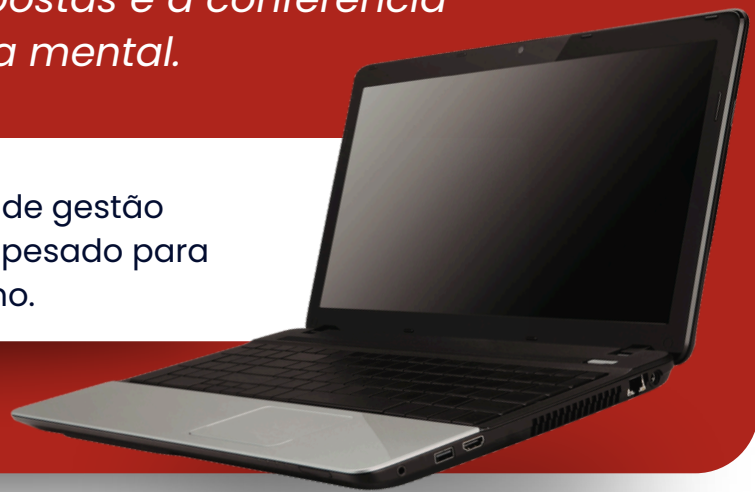
Defina um horário claro para atendimento comercial. Para emergências fora de hora, utilize sistemas de assistência 24h das seguradoras ou chatbots automatizados que direcionam o cliente nos primeiros passos.

### 2. Automatize a burocracia

O preenchimento manual de propostas e a conferência de apólices são drenos de energia mental.

#### Ação:

Utilize um bom **Multicálculo** e um sistema de gestão (CRM). Deixe a tecnologia fazer o trabalho pesado para que você foque no relacionamento humano.



### 3. Segmente sua carteira

Tentar ser especialista em tudo (Auto, Vida, Residencial, Saúde, Transportes) gera uma carga cognitiva exaustiva.

#### Ação:




Identifique quais ramos trazem mais prazer e rentabilidade. Se necessário, faça parcerias com outros corretores para demandas que fogem do seu core business. Uma dica é o programa "Negócios Compartilhados", da Lojacorr Seguros.

### 4. Técnica do "foco em bloco"

O vai e vem entre e-mails, WhatsApp e telefone fragmenta sua atenção e causa fadiga.

#### Ação:

Reserve blocos de tempo específicos:

-  **Manhã:** prospecção e novos negócios (energia alta).
-  **Tarde:** gestão de renovações e sinistros.
-  **Final do dia:** organização administrativa.

### 5. Aprenda a dizer "não" (ou "ainda não")

Nem todo prospect é um bom cliente. Clientes que demandam atenção excessiva por prêmios baixos são gatilhos de estresse.

#### Ação:

Qualifique seus leads. Às vezes, deixar passar uma venda "tóxica" é o melhor investimento na sua saúde.



### 6. Desconexão digital

O cérebro do corretor raramente descansa porque o celular é a sua principal ferramenta de trabalho

#### Ação:

Ative o modo "Não Perturbe" após as 19h e, se possível, tenha um número profissional separado do pessoal. O lazer sem notificações é o que realmente recarrega a bateria.

### Importante!



O burnout não é apenas cansaço, é exaustão emocional. Se você sentir despersonalização (tratar clientes como números) ou falta de realização profissional persistente, procure ajuda especializada.