

Conheça 4 ferramentas de gestão de tempo pra ser mais produtivo

Gerir o tempo significa **administrar e organizar as horas do dia**, planejando a realização das atividades nos campos profissional e pessoal. Para facilitar essa tarefa, existem diversas **ferramentas de gestão de tempo** que podem ser utilizadas.

Aplicativos e técnicas ajudam a compreender a rotina de trabalho e otimizar cada minuto do seu dia. Um gerenciamento eficiente permite **definir as atividades cotidianas** dentro dos prazos estabelecidos. Dessa forma, as tarefas não se acumulam e podem ser feitas com maior dedicação.

Pensando nisso, preparamos este artigo para apresentar algumas ferramentas para melhorar a sua gestão do tempo. Boa leitura!

1. Trello

Todo projeto é formado por metas e prazos. Nesse sentido, o [Trello](#) consiste em uma excelente plataforma para **organizar tarefas em quadros e listas**. O sistema pode ser usado para gerenciar qualquer tipo de atividade do dia a dia, colocando-as em ordem de prioridade.

O aplicativo é adaptável a vários dispositivos, como smartphone ou computador. O interessante é a possibilidade de **sincronização de contas** e edição das planilhas sempre que uma ação for concluída ou uma nova atividade precisar ser feita.

2. Técnica Pomodoro

Essa é uma das ferramentas de gestão de tempo mais comuns. A técnica foi desenvolvida com o objetivo de **organizar as atividades em ciclos de produtividade** com um intervalo para descanso. Para executar o método, basta ter um relógio ou um cronômetro.

A cada 25 minutos de trabalho, faça uma pausa de cinco. Use esse tempo para descansar, beber água ou fazer um pequeno alongamento. A ideia é que os períodos de folga **estimulem a agilidade mental**.

3. Todoist

Com uma interface simples, limpa e à prova de distrações, a plataforma pode ser empregada como ferramenta para **organizar tarefas e projetos**. Seja em casa ou no trabalho, é possível acessar todas as suas obrigações sempre atualizadas e em qualquer dispositivo.

Um recurso muito interessante do [Todoist](#) é o **controle de produtividade**. Com ele, você é capaz de consultar o número de tarefas finalizadas por dia e a média por semana.

4. Roda da Vida

Quando o assunto é gestão do tempo, você deve conhecer as áreas da vida que estão em desarmonia. Assim, é possível dedicar alguns momentos do seu dia para trabalhar nos pontos de melhoria.

A plataforma Roda da Vida se propõe — de modo simples e prático — a **desenvolver um dia a dia mais equilibrado**. Para usá-la, basta conceder uma nota de 1 a 10 para alguns itens do âmbito pessoal, profissional e de qualidade de vida. Entre essas questões, figuram:

- desenvolvimento intelectual;
- saúde e disposição;

- equilíbrio emocional;
- [recursos financeiros](#).

Depois, então, você traça um plano de ação para otimizar cada um desses aspectos com base nas informações do aplicativo.

Conforme observamos, existem muitos benefícios ao utilizar ferramentas de gestão de tempo. Afinal, otimização é palavra de ordem quando o assunto é **aumento de produtividade e obtenção dos melhores resultados**. Com mais tempo disponível, você consegue se dedicar a outras atividades de lazer e bem-estar, por exemplo.

Se você gostou do assunto, não deixe de complementar a leitura e [veja como lidar com a pressão por metas](#) na empresa definitivamente!