

COMO CRIAR UMA
META S.M.A.R.T



As Metas S.M.A.R.T. são elaboradas para ajudarem você e sua equipe a identificarem se o que se desejam alcançar é realista, além de determinarem um prazo.

Use o roteiro abaixo para fazer a transição de um objetivo ou meta geral para uma Meta S.M.A.R.T.

Objetivo e meta geral (escreva o que você tem em mente):

1. **(S) Específico** (O que você deseja realizar? Quem precisa ser incluído? Quando você deseja fazer isso? Por que isso é uma meta?):

2. **(M) Mensurável** (Como você pode medir o progresso e saber se atingiu sua meta com sucesso?):

3. **(A) Atingível** (Os recursos necessários para atingir a meta estão disponíveis? Se não, você pode obtê-los? Qual é a motivação para esta meta? A quantidade de esforço necessária está adequada?):

4. **(R) Relevante** (Por que estou definindo esta meta agora? Ela está alinhada com os objetivos da organização? É importante para os pacientes?):

5. **(T) Temporizável** (Qual é o prazo? Esse prazo é realista e viável?):

META S.M.A.R.T.

Revise o que você escreveu acima e elabore uma nova declaração de meta com base no que as respostas às perguntas revelaram. Ao escrever Metas S.M.A.R.T., use uma linguagem concisa, mas com informações relevantes.

This image shows a blank sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

Para mais informações sobre Metas S.M.A.R.T.
assista ao vídeo “**Como criar Metas S.M.A.R.T.**”,
disponível na videoteca do [IBSP conecta](#).

