

Veiga: Covid-19, teletrabalho, depressão e burnout

A pandemia provocou mudanças estruturais em todos os segmentos da sociedade. Novos conceitos de trabalho estão sendo implementados como forma de enfrentar, da maneira mais amena, este momento difíceis em todo o mundo, sendo 162 mil no Brasil.



Grandes espaços que abrigavam várias pessoas estão se

tornando obsoletos e os imóveis têm alterado sua destinação em razão do aumento exponencial do *home office* e do teletrabalho.

Empregadores e trabalhadores têm experimentado uma das maiores transformações laborais da história no que diz respeito ao meio ambiente do trabalho. Nunca se preocupou tanto com a saúde e a segurança no trabalho.

Constantes e frequentes têm sido as consultas dirigidas ao nosso escritório no tocante à implementação do *home office* e as questões relacionadas a jornada de trabalho, horas extras, tempo à disposição e caracterização de acidente de trabalho.

Um dos efeitos silenciosos da pandemia e do isolamento social e profissional é o aumento das doenças de origem psicológica, que têm acarretado alterações abruptas de comportamento em razão de não se saber como lidar com esses novos acontecimentos que estão mudando as nossas rotinas e nossas vidas, além de provocar alterações de comportamento.

Com efeito, essas repentinas mudanças no estilo de trabalho e as incertezas relacionadas a própria permanência no emprego podem se tornar agentes provocadores para o surgimento de elevado estresse que conduz a um estágio de esgotamento profissional, conhecido como Síndrome de *Burnout*.

Há um crescente número de empresas que estão recrutando profissionais para auxiliar e prevenir doenças ou o agravamento destas, o que demonstra uma iniciativa louvável dos empregadores que até o início do ano se preocupavam mais com a saúde física dos trabalhadores, mas, que, em razão da pandemia, precisaram se atentar com este componente psicológico, sob pena de comprometer o bem-estar, a produtividade e a motivação dos seus empregados.

As crises são cíclicas e certamente essa pandemia, apesar do longo período de duração, também passará. Contudo, o stress, o *burnout* e outras patologias psicológicas podem ser perenes se não forem cuidadas e tratadas.

O desemprego tem aumentado em vários países desde março de 2020, quando a Organização Mundial de Saúde apontou que a Covid-19 se tratava de uma pandemia.

Na Espanha, a taxa de desemprego aumentou para 16,26% no final de setembro, com um aumento de 355 mil pessoas sem ocupação durante o segundo trimestre de 2020, conforme revelou o jornal *O Expresso* [1].

No Brasil, a taxa de desemprego subiu para 13,8% no trimestre encerrado em julho e atinge 13,13 milhões de pessoas, com um fechamento de 7,2 milhões de postos de trabalho em apenas três meses, conforme noticiou o site *GI* [2], com dados da Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios Contínua Mensal (PNAD Contínua), divulgada pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE).

No final do mês de julho, Portugal chegou ao número de 407.302 desempregados inscritos no Instituto do Emprego e Formação Profissional. Trata-se de um acréscimo de 37% em relação ao mesmo mês de 2019. São mais 110 mil pessoas de acordo com o site da RTP [3].

A crescente onda de desemprego provoca ansiedade em razão da incerteza de permanência no emprego e da própria sobrevivência do empregador, na medida em que muitos estabelecimentos comerciais, infelizmente, não têm resistido a esta crise mundial.

De acordo com o Instituto DataSenado [4], foi realizada uma pesquisa de âmbito nacional para ouvir a opinião dos brasileiros acerca do teletrabalho. Com base nesse trabalho, restou apurado que cerca de 21 milhões de pessoas já trabalharam ou trabalham atualmente de forma remota. Desse total, aproximadamente dois terços afirmam que o trabalho nessa modalidade se deu em razão do isolamento social, causado pela pandemia do coronavírus. Esse número corresponde a uma estimativa de 14 milhões de brasileiros.

Foi percebido um ganho de produtividade no teletrabalho apurado pela pesquisa. Para 41% dos entrevistados, o próprio rendimento laboral melhorou, enquanto que 19% apontam uma piora na produtividade. Para 38%, o desempenho não se alterou. A produtividade da empresa também aumentou para 37% dos entrevistados. Outros 34% acham que a empresa manteve o nível, enquanto 26% perceberam uma diminuição desta.

O teletrabalho tem uma série de inconvenientes, como, por exemplo, a ausência de socialização entre os integrantes de um estabelecimento, contudo, traz benefícios para ambas as partes, como a diminuição de custos com a manutenção dos espaços físicos para o empregador e a supressão do tempo de deslocamento para o empregado. Entretanto, muita cautela é necessária, sob pena de comprometer a higidez mental do trabalhador.

O trabalho em casa exige disciplina e uma maior concentração por parte de quem o executa, sob pena das tarefas domésticas se misturarem com o trabalho e comprometer o rendimento deste.

O empregador deve ficar atento às cobranças de produtividade exageradas e às mensagens e telefonemas fora do horário de expediente, sob pena de ser demandado judicialmente no futuro. Além disso, é fundamental que haja orientações para evitar a sobrecarga física e mental dos empregados e, dessa forma, assegurar a continuidade das atividades e a preservação dos postos de trabalho.

O momento exige cautela e concessões recíprocas de todas as partes envolvidas.

[1] *Jornal O Expresso*, 31 de outubro de 2020 – p. 31.

[2] Disponível em: <https://g1.globo.com/economia/noticia/2020/09/30/desemprego-sobe-para-138percent-em-julho-mostra-ibge.ghtml>. Acesso realizado em 07.11.2020.

[3] Disponível em: https://www.rtp.pt/noticias/economia/numero-de-desempregados-em-portugal-dispara-para-407-mil_n1253042. Acesso realizado em 07.11.2020.

[4] Disponível em: <https://www12.senado.leg.br/institucional/datasenado/publicacaodatasenado?id=pandemia-aumenta-o-numero-de-brasileiros-com-experiencia-em-teletrabalho>. Acesso realizado em 08.11.2020.

Date Created

11/11/2020