

Home office estende expediente e impacta saúde de boa parte dos brasileiros

Estudo da FGV revela que apenas 15,9% dos trabalhadores receberam suporte para o trabalho em casa por parte do empregador durante a pandemia.

Safira Campos
Da Redação

Agência Brasil



Principais queixas de trabalhadores brasileiros em home office durante a pandemia são aumento em dores no corpo, cabeça, fadiga ocular e perda de sono.

Funcionária do setor de marketing de uma empresa em Cuiabá, Marcia Andreia (*nome fictício*), 21 anos, teve sua rotina laboral bastante alterada desde a chegada do novo coronavírus no país, em março deste ano. Como parte dos brasileiros, a jovem passou a trabalhar de casa, recebendo demandas de forma remota.

No regime de home office, Andreia viu seu horário de trabalho se estender para o período noturno, sem acréscimos ao salário. Sem estrutura de um escritório, ao qual estava habituada, a publicitária tem adaptado um espaço de trabalho na sala de sua casa. “Nosso expediente encerra às 17h geralmente, mas desde que aderimos ao home office não é raro que recebamos demandas à noite, que precisam ser prontamente atendidas”, relata.

Os efeitos do home office sem adaptações necessárias e que desrespeitam horários de trabalho pré-estabelecidos entre empregado e empregador foram tema de uma pesquisa realizada pelo Centro de Estudos em Planejamento e Gestão de Saúde da Fundação Getulio Vargas (FGV Saude) e divulgada nesta quarta-feira (05).

No estudo, que contou com a participação Institute of Employment Studies (IES) do Reino Unido e com o apoio técnico da empresa Sharecare, os pesquisadores identificaram que o trabalho remoto tem trazido impactos na saúde e no bem-estar dos brasileiros. Os principais sintomas físicos que se tornaram mais frequentes que o habitual são dores nas costas (58%), no pescoço (75%), fadiga ocular (55%), perda de sono (55%) e dores de cabeça (53%).

A maioria dos respondentes da pesquisa, que contou com a participação de 533 trabalhadores brasileiros, começou a fazer home office devido à pandemia, mas apenas 15,9% receberam algum tipo de suporte em termos de adaptação da sua casa para o trabalho por parte do empregador. Ainda, 63% relataram que não têm conseguido se exercitar como faziam anteriormente e 46% têm trabalhado mais horas e em horários irregulares.

“Essa mudança trouxe repercussões para a saúde física e emocional das pessoas que exigirão ações efetivas pelos gestores das organizações. Caso contrário, as taxas de adoecimento aumentarão, com redução da produtividade pessoal e organizacional”, avalia **Alberto Ogata, pesquisador do FGV Saude e um dos autores do estudo.**