

SAÚDE MENTAL DO TELETRABALHADOR NA PANDEMIA DE COVID-19: UMA REVISÃO DE LITERATURA

Autor(a): Bruno Ribeiro Baptista ¹

Orientador(a): Renata Geórgia Motta Kurtz ²

Resumo

A discussão sobre saúde mental do teletrabalhador ganhou destaque durante a pandemia de Covid-19 com a imposição do teletrabalho como estratégia de contenção da Covid-19. Em um contexto de incertezas, inseguranças e mudanças, as contradições relacionadas ao teletrabalho, o teletrabalhador e suas condições de saúde mental incidem nas discussões sobre essa modalidade de trabalho. Nesse sentido, a amplitude do debate sobre a saúde mental no teletrabalho contribuiu para o avanço de pesquisas e estudos no âmbito acadêmico. O presente trabalho se propõe a realizar uma revisão de literatura sobre a temática saúde mental do teletrabalhador no contexto brasileiro no período pandêmico. O recorte temporal utilizado para a revisão inicia-se em 2020 e segue até o período de agosto de 2022 - momento em que a revisão foi realizada e que compreende o período da pandemia de Covid-19, não encerrada até o momento de conclusão deste trabalho. A coleta nas bases de dados SciELO, ANPAD Spell e BDTD resultou em 6 estudos acadêmicos, que foram levantados considerando o contexto brasileiro, mas sem limitação de formato e área de conhecimento dos trabalhos. A revisão desses estudos possibilitou

¹ Bacharel em Administração pela Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ). Atuou por mais de dois anos, entre outubro de 2016 e dezembro de 2018, na Iniciativa Consultoria, empresa júnior da UERJ, exercendo a função de Consultor de Projetos, Gerente de Projetos e Diretor de Gestão de Pessoas. Com atuação na iniciativa pública na Secretaria de Estado de Esporte, Lazer e Juventude, e privada em empresas como Serviço Social do Comércio (Sesc/DN) e Radix Engenharia e Software, possui experiência nos campos de Recursos Humanos, Gestão de Pessoas e Projetos e Parcerias Estratégicas. No campo da pesquisa, tem interesse nas áreas de RH, Gestão de Pessoas e Saúde Mental do Trabalhador. <https://lattes.cnpq.br/0120395078570542>

² Psicóloga, mestre e doutora em Administração, com MBA em Gestão e RH. Pesquisadora de Desenvolvimento de pessoas e equipes, Inovação e Empreendedorismo. Sócia da Livre Docência Tecnologia Educacional e consultora de RH. Professora na UERJ e na PUC-Rio. Foi professora e mentora de professores online da FGV. Instrutora de Mindfulness, certificada pela MTI e membro associado à ABRAMIND. Facilitadora certificada na metodologia LEGO® SERIOUS PLAY®. Treinadora especialista em Comunicação Não-Violenta, com treinamentos e trabalhos realizados com o Center for Nonviolent Communication (CNVC), e atualmente está em processo de certificação em Comunicação Não-violenta pela mesma instituição. Tem atuado na concepção e coordenação de soluções educacionais e desenvolvimento para instituições públicas e privadas como PETROBRAS, Secretaria de Educação do Estado do Rio de Janeiro, Superior Tribunal de Justiça, Tribunal Regional Eleitoral, Justiça Federal, Vale, SulAmérica, Banco do Brasil, Oi, IRB e ICATU. <https://lattes.cnpq.br/9493207534414481>

compreender que houve um grande impacto ao bem-estar e à saúde mental do teletrabalhador e, mesmo com a amplitude dada pela pandemia, ainda há muito a caminhar nessa questão e em suas demandas intrínsecas nos âmbitos social e também organizacional, que se tornam cada vez mais presentes e urgentes no atual contexto do país. Os resultados da presente revisão de literatura apresentam trabalhos cujo cerne comum é investigar, por meio de diferentes metodologias, o teletrabalhador no regime de teletrabalho e sua saúde mental. Primordialmente, identificou-se um número modesto de trabalhos presentes nas bases de dados pesquisadas que atendessem integralmente os requisitos propostos, assim estipulados a fim de dar luz às produções acadêmicas centradas nessa temática dentro do contexto brasileiro no recorte da pandemia (março/2020 - agosto/2022). De todos os critérios definidos para a coleta, apenas seis trabalhos corresponderam, sendo gerados, coletados, avaliados e utilizados para a revisão proposta. Além disso, diferentes impactos negativos foram comentados pelos autores, tais como: estresse, ansiedade, depressão, procrastinação e burnout. Quando deslocada a realidade para a situação de mulheres, há um quadro expressivo de sobrecarga de tarefas. Ao tratar de mulheres mães, há níveis maiores de incidência de burnout do que em homens pais. Além disso, também se nota que as diferentes áreas que produziram esses conhecimentos não estão limitadas apenas à Administração ou à Psicologia, mas também encontram possibilidades no campo da Engenharia, da Comunicação Social (com ênfase no Jornalismo), das Ciências Sociais e da Medicina. Como principal contribuição do presente estudo, objetiva-se a ampliação de produções acadêmicas que contemplem a saúde mental do teletrabalhador como um objeto de pesquisa em um cenário de crescimento e difusão dessa modalidade de trabalho. Através da revisão aqui proposta, notou-se que é preciso expandir esse campo de pesquisa e que essa expansão, como indicam os resultados, é possível sem a limitação de áreas de conhecimento - tendo em vista as diferentes nuances envolvidas na relação entre saúde mental, teletrabalhador e teletrabalho e as contribuições que podem ser dadas para a temática. Através da revisão conduzida, constatou-se que, para estudos futuros, mostram-se promissoras as investigações que identifiquem necessidades no teletrabalho e indiquem soluções para garantir a qualidade de vida e a melhora no panorama de saúde mental dos teletrabalhadores. Tal como apontam Aguiar e Baptista (2020), a área de Recursos Humanos nas organizações adquire protagonismo ao ter a possibilidade de observar dores dos seus funcionários, tendo insumos para a promoção de ações voltadas ao bem-estar, segurança emocional e humanização do trabalho (AGUIAR, BAPTISTA, 2020). Além disso, ainda sobre sugestões de trabalhos futuros, vale ressaltar que outros estudos focados em avaliar formas de lidar com os transtornos aqui mapeados, tais como: burnout, estresse, ansiedade e desafios da parentalidade no contexto organizacional, além das discussões de gênero - que abrangem a sobrecarga feminina na conciliação de tarefas profissionais com o trabalho não remunerado no lar -, poderão contribuir para reflexões sobre a condição de saúde mental do trabalhador com enfoques específicos em grupos avaliados. A revisão de literatura, como metodologia adotada no presente trabalho, abrange a análise de diferentes perspectivas de produções que, apesar de compartilharem a temática, objetivam também amplas discussões e avanços científicos. Dessa forma, ainda há muito a se caminhar academicamente para garantir que a discussão sobre saúde mental do teletrabalhador seja vista com a relevância necessária para um pleno desenvolvimento socioeconômico e organizacional.