

HOME-OFFICE NO CONTEXTO DA PANDEMIA COVID-19

Kamylla Farias de Oliveira¹, Alice Benicio do Nascimento²,

Maria Flávia de Sousa³, Sandy Soares de Sousa⁴,

Veruska Cronemberger Nogueira Rebêlo⁵

¹Fisioterapeuta pela UESPI, kamyllafariasoli20@gmail.com

²Acadêmica do curso de fisioterapia pela UESPI, alicebenicio1998@gmail.com

³Acadêmica do curso de educação física pela UESPI, flaviatraining2@gmail.com

⁴Acadêmica do curso de enfermagem pela UESPI, soaressandy21@gmail.com

⁵Doutora em Engenharia Biomédica pela UNIVAP, veruskanogueirarebelo@yahoo.com.br

Resumo

OBJETIVOS: Analisar do ponto de vista ergonômico, o *home-office* no contexto da pandemia do COVID-19. **MÉTODOS:** O presente estudo trata-se de uma revisão narrativa realizada nas bases/bancos de dados: Scielo, Google acadêmico e Pubmed no período entre 2020 e 2021 que abordassem o tema proposto. Na busca dos estudos realizados para a revisão, foram encontrados 57 artigos, tendo 26 selecionados para leitura na íntegra e 6 incluídos na amostra. **RESULTADOS:** Aproximadamente 8,7 milhões de pessoas estão trabalhando remotamente no Brasil, a nova modalidade de trabalho apresenta desafios para gestores e empregados manterem a continuidade da prestação dos serviços fora das dependências das empresas. A adaptação do ambiente domiciliar gera sobrecarga emocional e física pela perda de limites entre *home* e *office*, além dos custos gerados com investimentos tecnológicos, de mobiliário e operacionais. **CONCLUSÃO:** Conclui-se que a transferência abrupta do trabalhador para a modalidade *home-office* na pandemia veio como uma necessidade do mercado global para adaptar-se ao novo cenário sanitário, entretanto suscita discussões sobre as limitações de infraestrutura e conciliações do trabalho com o ambiente domiciliar.

Palavras-chave: Ergonomia; *Home-office*; COVID-19.

Modalidade: Resumo expandido

Área Temática: Temas livres

1. INTRODUÇÃO

Nos últimos dois anos, devido a proliferação do vírus da COVID-19 (coronavírus), muitas empresas e governos aderiram ao sistema de trabalho em casa visando garantir a continuidade das atividades e a manutenção do isolamento social com a preservação da saúde de seus empregados (SANTOS et al., 2020).

A adoção do trabalho remoto, trouxe ganhos para os empregadores com redução de custos com afastamento físico dos trabalhadores no ambiente de trabalho, possibilitando a ampliação da produtividade. Em contrapartida, os empregados tiveram de adaptar o ambiente domiciliar à nova rotina de trabalho, havendo dificuldade da desconexão física e emocional dos ambientes que passaram a coexistir, além dos custos gerados com investimentos tecnológicos, de mobiliário e operacionais (TENÓRIO, 2021).

Brant e Mourão (2020) afirmam que o desenvolvimento do trabalho à distância é desafiador para gestores e empregados, especialmente em tempos de crise, havendo necessidade de respeitar as regras corporativas, como o cumprimento da jornada laboral, uso correto dos equipamentos de trabalho e manutenção da postura adequada, permitindo continuidade da prestação dos serviços com eficiência e qualidade fora das dependências das empresas.

No cenário socioeconômico mundial anterior à pandemia o *home-office* vinha despontando como uma tendência de mercado, no entanto, atualmente essa modalidade de trabalho tornou-se uma necessidade nos diversos segmentos e setores econômicos com a recomendação do isolamento e distanciamento social. Milhares de pessoas tiveram, dentro do trabalho que realizam, que se adequar a uma nova forma de executar suas atividades laborais (ATUNES; FICHER, 2021).

A justificativa para a realização da pesquisa está na emergência dessa modalidade de trabalho no contexto da crise sanitária que atingiu milhões de trabalhadores no país e no mundo. Portanto, esse trabalho tem como objetivo analisar do ponto de vista ergonômico, o *home-office* no contexto da pandemia COVID-19.

2. MÉTODOS

O presente estudo trata-se de uma revisão narrativa feita nas bases de dados: Scielo, Google acadêmico e no banco de dados da Pubmed, entre os anos de 2020 e 2021, utilizando os descritores em Ciências da Saúde (DEcS): Ergonomia, *home-office*, Covid-19, sendo incluídos estudos nos idiomas Inglês, Espanhol e Português, que abordassem o tema proposto,

sendo excluídos artigos duplicados, indisponíveis e incompletos ou que fugissem da temática. Foram encontrados 57 artigos, dos quais 26 foram excluídos, 6 foram incluídos e organizados no **quadro- 1**.

Quanto aos aspectos éticos, as informações específicas extraídas dos artigos foram acessadas por meio de bancos/bases de dados, não necessitando de autorização dos pesquisadores para utilizá-las por se tratarem de material pertencente ao domínio público.

3.RESULTADOS E DISCUSSÃO

Na busca dos estudos realizados para a revisão narrativa, foram encontrados 57 estudos, tendo 26 selecionados para leitura na íntegra e após o processo de seleção de acordo com os critérios de inclusão, restaram apenas 6 artigos, no período entre 2020 e 2021, conforme apresentado no quadro-1. No quadro-2 estão descritas as características como: título, autor, ano, objetivos e conclusão.

QUADRO 1 - Distribuição dos estudos encontrados segundo as bases de dados, no período de 2020 a 2021.

Bases de dados	Artigos encontrados	Artigos selecionados	Artigos excluídos	Artigos incluídos
MEDLINE via PubMed	36	15	21	6
LILACS	12	7	5	0
SciELO	9	4	5	0
Total	57	26	31	6

Fonte: Autores, 2021.

QUADRO 2- Caracterização dos artigos utilizados no estudo.

Título	Autores/Ano	Tipo de estudo	Objetivos	Conclusão
Desafios do teletrabalho na pandemia Covid-19:	LOSEKANN ; MOURÃO, 2020	Estudo qualitativo	Refletir sobre o aprimoramento do regime de teletrabalho de	O trabalho passou a dividir espaço com outras atividades, ocasionando a diminuição dos momentos dedicados ao ócio, ao convívio familiar, ao descanso

Quando o home vira office			forma a conciliar em harmonia a produtividade e a saúde mental dos trabalhadores.	e reabilitação física e mental. Isso pode ser extenuante e provocador de adoecimento.
As relações de trabalho e as principais consequências advindas dos fatores extraordinários aos sujeitos do contrato laboral	DE SOUZA; ZORZETE, 2021	Estudo qualitativo	Analisar os impactos da Covid-19 no mercado de trabalho, os meios encontrados pelas empresas para o prosseguimento das atividades empresariais e as principais diferenças surgidas entre homens e mulheres no trabalho remoto	Milhares de empresários fecharam as portas de suas empresas, porém, outras criaram modelos de continuidade das atividades com o uso de tecnologias remotas de trabalho. As mulheres foram as mais sobrecarregadas com os afazeres domésticos, além de suas atividades profissionais, acarretando cansaço físico, emocional e mental que enfraquecem o sistema imunológico deixando-a mais vulnerável a diversas doenças, inclusive a Covid-19.
Práticas, possibilidades e perspectivas do trabalho home-office em meio a pandemia da Covid-19 no Brasil	COSTA, 2020	Estudo qualitativo	Discutir as práticas, possibilidades e perspectivas do teletrabalho na configuração home-office em meio ao contexto de contingência imposto pela da pandemia da Covid-19 no Brasil.	O home-office pode ser promissor e o presencial pode diminuir com o tempo, porém é necessário considerar as singularidades de determinadas rotinas e funções e aspectos da ergonomia do trabalho. A flexibilização nesta modalidade pode implicar na fragilização e precarização das relações de trabalho, penalizando os trabalhadores.
A ergonomia como alternativa teórico-metodológica em prol da qualidade de vida do trabalho no contexto pandêmico da Covid-19	BUENANO; TRISKA, 2020	Ensaio teórico	Enfatizar a ergonomia com enfoque na ciência do trabalho como uma das possíveis ferramentas para indagações que fundamentam a transformação	Há nas condições de trabalho para a pandemia a necessidade de um diálogo social que restabeleça um processo dinâmico e urgente de mudanças dirigidas para a qualidade de vida no trabalho e da aceitação do protagonismo do trabalhador para a construção técnica e ética da cultura organizacional de bem-estar no trabalho.

			social das condições de trabalho mais evidenciadas na pandemia da COVID-19	
Uma reflexão sobre a prática do home-office no cenário da pandemia Covid-19	MELICIO; NETO, 2020	Revisão bibliográfica	Levantar uma reflexão sobre a aplicabilidade das leis trabalhistas brasileira referentes ao home office durante a pandemia.	Mesmo após o encerramento do distanciamento social e seus efeitos, muitas das vantagens adquiridas pela prática do home office serão incorporadas às atividades normais de trabalho dos cidadãos. Contudo, deve haver uma adaptação das leis vigentes a respeito a essa nova realidade, o que também deve valer para as recomendações ergonômicas e as próprias normas relacionadas às diversas condições de trabalho.
A saúde mental e ergonômica no trabalho remoto no pós-pandemia	TENÓRIO, 2021	Revisão bibliográfica	Discorrer sobre a adoção do trabalho remoto durante a pandemia da Covid-19, e as adaptações necessárias no pós-pandemia.	É pertinente uma avaliação individualizada dos trabalhadores, atentando para a preservação de sua saúde mental e ergonômica, atestando ser desaconselhável uma adoção de trabalho remoto generalizada que pode ocasionar em acidentes de trabalho, além do desenvolvimento ou agravamento de doenças ergonômicas e mentais.

Fonte: Autores, 2021.

De acordo com o IBGE (2020), aproximadamente 8,7 milhões de pessoas estão trabalhando remotamente no Brasil, o que representa cerca de 13% da população trabalhadora nesse período de distanciamento social. A nova experiência para os trabalhadores também trouxe novas mudanças em seus horários, aquisição de aparelhos tecnológicos ou pacotes de internet para poder manter-se empregado em um momento tão incerto e com grande número de demissões. Entretanto historicamente o *home-office* sempre foi considerado um sinônimo de qualidade de vida para o colaborador (TENÓRIO 2021).

Segundo Costa (2020), as empresas costumam disponibilizar o acesso remoto a softwares, fornecendo os softwares e acesso à rede, no entanto outros equipamentos como computadores, parte da tecnologia da informação, são considerados de uso pessoal do funcionário pelos empregadores, bem como o mobiliário (cadeira e mesa) adequado para realização da atividade laboral.

O estudo desenvolvido por Buenano e Triska (2020), corrobora com diversas pesquisas sobre a modalidade de trabalho migrada de forma improvisada para diversas residências da população brasileira, levantando questões relacionadas ao *home-office*, como jornada de trabalho longa, em média de 8 horas diárias, o excesso de tecnologia para o trabalho a distância e remoto, direito à desconexão, divisão digital como meio de identificação da desigualdade social, prejuízo da informalidade que afeta as pessoas em situação de pobreza, problemas de saúde mental que são acentuados pelo distanciamento social e falta de adaptação ergonômica do mobiliário no trabalho remoto.

Melicio e Neto (2020), abordam algumas das vantagens e desvantagens do *home-office* sob duas óticas, a da empresa e a do colaborador. Para a empresa se obteve vantagens, como redução do custo operacional, absenteísmo e custos. E como desvantagens aumento da insegurança, requerimento de novas abordagens administrativas e de gestão sob os funcionários em *home-office*. Em relação ao colaborador, vantagens como flexibilidade no horário, redução de tempo perdido em trânsito e participação mais ativa da população idosa. E desvantagens, possíveis interrupções do trabalho por familiares, ceder espaço em casa para objetos de trabalho e possível perda de benefícios para transporte e refeição.

Contudo os estudos evidenciam que mediante as circunstâncias atuais é necessário um consenso entre empresas e empregados na modalidade *home-office* para que haja preparo da empresa em relação às necessidades do colaborador seguido de um, apoio, flexibilidade e resiliência dos gestores e funcionários a fim de que as vantagens sobressaiam em relação às desvantagens (COSTA, 2020).

4.CONCLUSÃO

Os resultados dos estudos sugerem que a transferência do colaborador para a modalidade *home-office* na pandemia veio como uma necessidade do mercado global para adaptar-se ao novo cenário sanitário. Porém essa transição abrupta, traz questionamentos sobre a necessidade de uma gestão mais cuidadosa das empresas em relação aos colaboradores, abordando as limitações de infraestrutura e conciliações do trabalho com o ambiente domiciliar.

Além disso, ressalta-se a importância da ergonomia devido ser essencial em prol da qualidade de vida dos trabalhadores para adaptar, ajustar e tornar compatível as condições e as interações de trabalho que envolvem a prestação de serviço do colaborador no *home-office*.

ATUNES, E. D.; FICHER, F. M. Home office, Teletrabalho ou trabalho remoto. A importância da ergonomia quando o trabalho se mudou para casa. In: SENHORAS. Eloi Martins. Engenharia de produção: Além dos produtos e sistemas produtivos 2. <https://www.atenaeditora.com.br/post-ebook/3917>: Antena Editora, 2021.

BUENANO, L.; TRISKA, R. Ergonomia como alternativa teórico-metodológica em prol da qualidade de vida no trabalho no contexto pandêmico da Covid-19, Colóquio Internacional de Design 2020, **Bicher Design proceedings**, v. 8, p. 37-50, 2020.

BRANT, R.; MOURÃO, H. C. Desafios do teletrabalho na pandemia COVID-19: quando o home vira office. **Caderno de Administração**, v. 28, n. Edição E, p. 71-75, 2020.

COSTA, S. D. M. Práticas, Possibilidades e Perspectivas do Trabalho Home-Office em Meio a Pandemia da Covid-19 no Brasil. XLIV ENCONTRO DA ANPAD - **EnANPAD** 2020 Evento on-line - 14 a 16 de outubro de 2020 - 2177-2576 versão online Evento on-line - 14 a 16 de outubro de 2020 2177-2576 versão online Disponível em: http://www.anpad.org.br/abrir_pdf.php?e=MjkkxNDY=.

DE SOUZA, A. K.; ZORZETE, D. G. As relações de trabalho e as principais consequências advindas de fatores extraordinários aos sujeitos do contrato laboral. **Brazilian Journal of Development**, v. 7, n. 5, p. 47717-47738, 2021.

LOSEKANN, R. G. C. B.; MOURÃO, H. C. Desafios do teletrabalho na pandemia covid-19: quando o home vira office. **Cad Adm** 2020; 28: 71-5.

MELICIO, R.; NETO, P. Uma Reflexão sobre a prática do Home Office no cenário da pandemia Covid-19. **XL ENCONTRO NACIONAL DE ENGENHARIA DE PRODUÇÃO** “Contribuições da Engenharia de Produção para a Gestão de Operações Energéticas Sustentáveis” Foz do Iguaçu, Paraná, Brasil, 20 a 23 de outubro de 2020.

SANTOS, E. A. C., et al. Home Office: Ferramenta para continuidade do trabalho em meio a pandemia COVID-19. 2020.

TENÓRIO, R. J. M. A saúde mental e ergonômica no trabalho remoto no pós-pandemia. **Revista Espaço Acadêmico**, v. 20, p. 96-105, 2021.