

Volume 1 | Edição 2
Março 2021

Boletim Informativo Programa Trabalho Seguro - PTS TRT da 13^a Região

*Gestores Regionais do
PTS*

Juíza Mirella Cahú

Juiz André Aquino

Home office, mulher e saúde mental: O trabalho que nunca termina*

As mulheres têm sido mais prejudicadas com a tripla jornada quando realizam atividades em sistema de home office

A Pandemia do Coronavírus e a necessidade de isolamento social impôs a diversos trabalhadores a necessidade de realização do seu trabalho em suas residências, o que pode afetar aspectos pessoais (reestruturação do modo de vida, rotinas, horários das refeições, de convívio com familiares) e aspectos organizacionais relacionados a gestão do trabalho pelo próprio indivíduo.

Se antes, o deslocamento entre a residência e o trabalho servia como modo de preparo para iniciar a jornada, no *home office*, o trabalhador fica propenso a realizar as suas atividades a qualquer momento, e, quando mal administrado, pode ocasionar impactos na sua saúde física e mental.

Estudos demonstram que as mulheres têm sofrido um maior impacto quando submetidas ao *home office*, na medida em que nem sempre são divididas as atividades domésticas com seus parceiros ou demais familiares, acumulando, no mesmo ambiente, a atenção às atividades domésticas e toda a carga da demanda profissional transferida para sua residência.

O mês de março é o mês da mulher, motivo pelo qual a questão será abordada pelo Boletim do Programa Trabalho Seguro do Tribunal Regional do Trabalho da 13^a Região.

Historicamente, às mulheres foram atribuídos os cuidados da casa e, em que pese, ao longo dos anos, as mulheres tenham conseguido

ocupar diversos postos de trabalho, nunca se afastaram das funções domésticas, havendo diversos estudos que falam em dupla jornada de trabalho (profissional e doméstica).

Hoje, com a transferência do trabalho para as residências, tem se falado no fenômeno da tripla jornada. Isso porque, em tempos de pandemia, além do trabalho profissional, se acrescentam os cuidados com a casa, com os filhos, com a alimentação e, por diversos motivos, o cuidado com os familiares acometidos por Covid-19. Essa situação de excesso de trabalho, de redução do tempo livre, de múltiplas demandas, de utilização frenética dos meios de comunicação remota, pode desencadear o desenvolvimento de diversos tipos de doenças, desde problemas osteomusculares, cardiometabólicos, e questões relativas aos transtornos mentais, dentre eles, o estresse generalizado, a depressão e a síndrome do esgotamento mental (Burnout).

Reiteramos que constitui dever do empregador a manutenção de um ambiente saudável de trabalho, cabendo a ele prezar pela segurança e pela saúde de todas as suas empregadas, mesmo quando o trabalho é realizado em regime de *home office*, promovendo ações que minimizem os efeitos danosos à saúde decorrentes do trabalho, a exemplo de cursos destinados às reflexões sobre o papel da mulher, sobre a divisão das tarefas, a gestão do tempo em *home office*, necessários a essa nova realidade.

Finalmente, é importante ressaltar o aumento dos casos de violência doméstica durante o período de isolamento social, fato que merece especial atenção dos empregadores, com vistas a prevenir ocorrências desse tipo, colocando à disposição das trabalhadoras os meios necessários à contenção e de socorro, sob a ótica da manutenção de um ambiente de trabalho saudável.

No mês da mulher, o Programa Trabalho Seguro do Tribunal Regional do Trabalho da 13ª Região busca trazer uma reflexão sobre o papel da mulher na sociedade, conclamando para a divisão harmoniosa de todas as atividades que se inserem no âmbito doméstico, a fim de evitar prejuízo às milhares de trabalhadoras do país.

Para mais informações, sugerimos a leitura:

Art. 5º, *caput*, da CF/1988.

Art. 7º, XXII da Constituição Federal;

LEMOS, ANA HELOÍSA DA COSTA; BARBOSA, ALANE DE OLIVEIRA; MONZATO, PRISCILA PINHEIRO. **MULHERES EM *HOME OFFICE* DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19 E AS CONFIGURAÇÕES DO CONFLITO TRABALHO-FAMÍLIA**. Rev. adm. empres., São Paulo , v. 60, n. 6, p. 388-399, dez. 2020. Disponível em http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-75902020000600388&lng=pt&nrm=iso>acessos em 22 mar. 2021. Epub 11-Jan-2021. <https://doi.org/10.1590/s0034-759020200603>.

<https://www1.folha.uol.com.br/poder/2020/05/home-office-na-pandemia-amplia-desequilibrio-de-genero-na-justica.shtml>

<https://brasil.elpais.com/sociedade/2020-10-13/a-dificuldade-de-ser-mae-trabalhadora-em-plena-pandemia.html>

* Pereira Abagaro, C. ; Rosales Flores, R. A. Souza; M. D. M. C; (2021) El trabajo que nunca se termina: mujeres, trabajo doméstico y teletrabajo en la pandemia de COVID-19 - En La pandemia social de COVID-19 en América Latina, Teseo, Buenos Aires. URL: <https://www.teseopress.com/pandemiasocial>



Image: Rubén Montenegro em <https://brasil.elpais.com/sociedade/2020-10-13/a-dificuldade-de-ser-mae-trabalhadora-em-plena-pandemia.html>