

 @Apmt\_sp < [https://www.instagram.com/apmt\\_sp/](https://www.instagram.com/apmt_sp/)>

 /Apmtsp < <https://www.facebook.com/apmtsp>>

 Apmt < <https://www.youtube.com/channel/UCVhJUDEyEtDqOjTYXZQryAA/featured>>

 Área Do Associado < <https://apmtsp.org.br/areadoassociado/login>>



## Aspectos adversos do teletrabalho para a saúde dos trabalhadores

SÉRIE TEMÁTICA

### TELETRABALHO

ASPECTOS  
ADVERSOS DO  
TELETRABALHO  
PARA A SAÚDE DOS  
TRABALHADORES



 Agosto 22, 2020 < <https://apmtsp.org.br/2020/08/22/>>

Seja O < [https://apmtsp.org.br/aspectos-adversos-do-](https://apmtsp.org.br/aspectos-adversos-do-teletrabalho-para-a-saude-dos-trabalhadores/)

 Primeiro A [teletrabalho-para-a-saude-dos-trabalhadores/](https://apmtsp.org.br/aspectos-adversos-do-teletrabalho-para-a-saude-dos-trabalhadores/)

Comentar #respond>

# **NINGUÉM É UMA ILHA: OS RISCOS DO TELETRABALHO À SAÚDE DO TRABALHADOR E DA TRABALHADORA**

*Evelise Dias Antunes<sup>1</sup> e Frida Marina Fischer<sup>2</sup>*

<sup>1</sup> Doutoranda, Departamento de Saúde Ambiental, Faculdade de Saúde Pública, Universidade de São Paulo e Professora do Instituto Federal do Paraná

<sup>2</sup> Professora Titular, Departamento de Saúde Ambiental, Faculdade de Saúde Pública, Universidade de São Paulo

O teletrabalho consolidou-se diante das novas tecnologias de informação e comunicação que revolucionaram o mundo do trabalho. É uma modalidade de trabalho realizada de forma remota e se tornou um recurso diante da crise de emergência em saúde pública internacional causada pelo novo coronavírus (Sars-CoV-2).

Diante da lacuna na política de teletrabalho no Brasil devemos estar atentos para o desenvolvimento desta modalidade baseada na saúde e segurança do trabalhador e da trabalhadora. Na União Europeia a ausência de um marco regulatório na modalidade é considerada uma das questões urgentes na implementação de práticas a nível transnacional (BELZUNEGUI-ERASO; ERRO-GARCÉS, 2020).

A crise da pandemia do Coronavírus tornou o teletrabalho mais visível e uma solução para as empresas relativa aos custos de implementação e a manutenção do trabalho. Alguns dos benefícios descritos são a redução de despesas para as empresas, diminuição da poluição do meio ambiente e aumento da produtividade, a obtenção de maior equilíbrio entre a vida profissional e pessoal, diminuição do tempo e custo com transportes (CHARALAMPOUS *et al.*, 2019; JACKSON; FRANSMAN, 2018).

Cabe ressaltar que os benefícios elencados na literatura foram encontrados em condições externas a de uma crise, diríamos um

teletrabalho planejado, no qual o trabalhador e a trabalhadora organizaram-se junto a empresa e sua família.

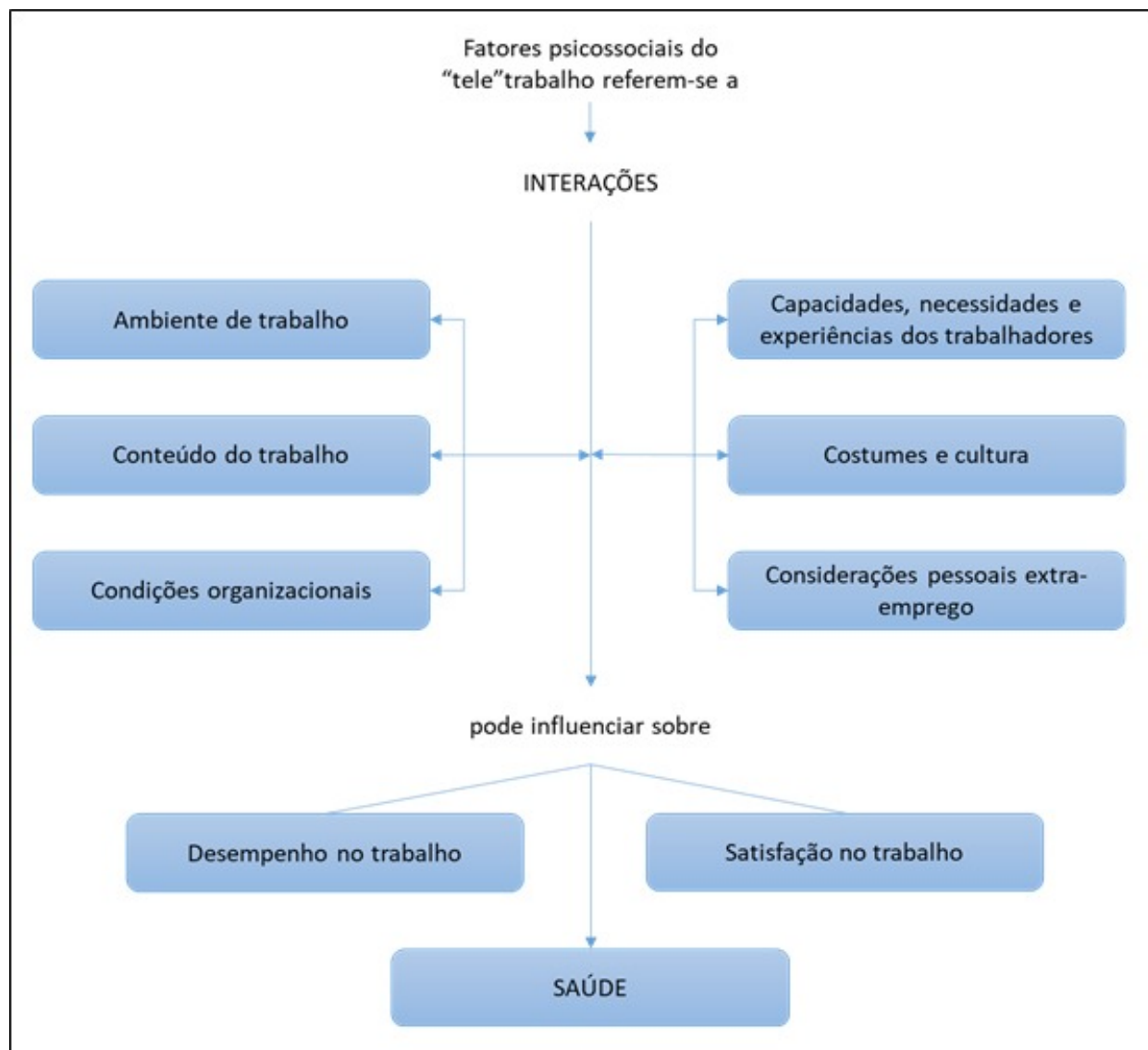
Neste momento sem precedências, milhares de pessoas levaram seu trabalho para casa compulsoriamente. Longe do ambiente do escritório tradicional os benefícios podem ser comprometidos visto que diversos aspectos influenciam a saúde e segurança dos trabalhadores, desde a diversidade das naturezas dos trabalhos, assim como dos conhecimentos e percepção na adequação das tarefas no teletrabalho.

Além dos aspectos físicos a serem considerados, destacamos os riscos já identificados no teletrabalho. Pode levar ao isolamento profissional, afetar negativamente as interações sociais e de amizade, levando à individualização, ansiedade, diminuição do compartilhamento e do conhecimento, dificuldades para realização do trabalho, telepressão, diminuição da comunicação com a equipe, diminuição do reconhecimento e feedback (BARTEL; WRZESNIEWSKI; WIESENFELD, 2012; CHARALAMPOUS *et al.*, 2019; ORHAN; RIJSMAN; VAN DIJK, 2016).

Também deve-se observar a implicação no reforço dos padrões de gênero no caso das mulheres, uma vez que podem ter uma maior capacidade de se envolverem mais na vida doméstica quando trabalhando em casa (CHARALAMPOUS *et al.*, 2019).

Em síntese, adaptamos esquematicamente na Figura 1 as dimensões dos fatores psicossociais do trabalho descritos pela Organização Mundial do Trabalho e Organização Mundial da Saúde (INTERNATIONAL LABOUR ORGANISATION, 1986) que continuam presentes ao transferir o trabalho para casa e, devem ser observadas na boa prática da Medicina do Trabalho.

Figura 1: Fatores psicossociais do “tele”trabalho.



Fonte: Adaptado de International Labour Organisation (1986).

Devemos estar atentos as características individuais dos trabalhadores e das trabalhadoras, assim como aos complexos fatores que apoiam o desenvolvimento do teletrabalho. São estes: o meio ambiente, segurança, aspectos legais, individuais como personalidade e situação; do trabalho sendo a natureza e uso da tecnologia; a cultura e estratégias organizacionais; a casa e a família (BELZUNEGUI-ERASO; ERRO-GARCÉS, 2020).

Não obstante, é necessário que as futuras políticas públicas relacionadas ao teletrabalho estejam atentas aos riscos de precarização e perda do controle sobre a carga de trabalho que levam a sobrecarga, fadiga e

estresse. Ao desmanche do coletivo; ao contexto compulsório ou desejado; enfraquecimento da vida associativa; ao trabalho intermitente; uso da tecnologia como causadora de interrupções – dificuldade de acesso ao sistema; direito a desconexão – sair do local de trabalho. Aspectos como a solidão, isolamento, coisificação – diminuição da empatia e solidariedade; dificuldade atividades domésticas – conflito família; intensificação do trabalho – baseado em metas / produtividade – aumento; trabalho invisível não valorizado e, ao medo de uma avaliação negativa do trabalho.

Se faz necessário que a medicina do trabalho tenha um olhar amplo e global, para além do trabalhador e da trabalhadora, compreendendo o trabalho para garantir a saúde e a segurança do trabalho.

## Referências

BARTEL, Caroline A.; WRZESNIEWSKI, Amy; WIESENFELD, Batia M. Knowing Where You Stand: Physical Isolation, Perceived Respect, and Organizational Identification Among Virtual Employees. *Organization Science*, 2012.

BELZUNEGUI-ERASO, Angel; ERRO-GARCÉS, Amaya. Teleworking in the context of the Covid-19 crisis. *Sustainability (Switzerland)*, v. 12, n. 9, p. 1–18, 2020.

CHARALAMPOUS, Maria *et al.* Systematically reviewing remote e-workers' well-being at work: a multidimensional approach. *European Journal of Work and Organizational Psychology*, v. 28, n. 1, p. 51–73, 2019..

INTERNATIONAL LABOUR ORGANISATION. *PSYCHOSOCIAL FACTORS AT WORK: Recognition and control*. Geneva, Switzerland: [s.n.], 1986.

JACKSON, Leon T. B.; FRANSMAN, Edwina I. *Flexi work, financial well-being, work–life balance and their effects on subjective experiences of productivity and job satisfaction of females in an institution of higher learning*. [S.l.]:

Faculty of Economic and Management Sciences, 2018. v. 21.

ORHAN, Mehmet A.; RIJSMAN, John B.; VAN DIJK, Gerda M. Invisible, therefore isolated: Comparative effects of team virtuality with task virtuality on workplace isolation and work outcomes. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*, v. 32, n. 2, p. 109–122, ago. 2016.

Matérias Semelhantes:



Webinar APMT  
& ICOH Brasil



# SAVE THE DATE

**Médicos do Trabalho pelo  
Mundo:** *Formação, Desafios  
e Caminhos para o Futuro  
da Saúde Ocupacional*

**Evento online e gratuito**



Propósito, futuro  
e integração!

**20 de  
agosto  
2025**

Horário: **das  
20h às 22h**

< <https://apmtsp.org.br/webinar-apmt-icoh-brasil/>>

**Webinar APMT & ICOH Brasil** < <https://apmtsp.org.br/webinar-apmt-icoh-brasil/>>

14 de agosto de 2025

Leia + < <https://apmtsp.org.br/webinar-apmt-icoh-brasil/>>



< <https://apmtsp.org.br/posicionamento-da-apmt-sobre-a-lei-no-15-176-2025/>>

**POSICIONAMENTO DA APMT SOBRE A LEI Nº 15.176/2025** < <https://apmtsp.org.br/posicionamento-da-apmt-sobre-a-lei-no-15-176-2025/>>

13 de agosto de 2025



Leia + < <https://apmtsp.org.br/posicionamento-da-apmt-sobre-a-lei-no-15-176-2025/>>



**eSocial SST**

**Riscos, Oportunidades e Reflexões**  
*para a Medicina do Trabalho*



**Autor:**  
**Dr. Fernando**  
**Akio Mariya**

< <https://apmtsp.org.br/esocial-sst-riscos-oportunidades-e-reflexoes-para-a-medicina-do-trabalho/>>

**eSocial SST – Riscos, Oportunidades e Reflexões para a Medicina do Trabalho** < <https://apmtsp.org.br/esocial-sst-riscos-oportunidades-e-reflexoes-para-a-medicina-do->

**trabalho/>**

8 de agosto de 2025

Leia + < <https://apmtsp.org.br/esocial-sst-riscos-oportunidades-e-reflexoes-para-a-medicina-do-trabalho/>>

Pesquisar...

Pesquisar

## Notícias Recentes

- **Webinar APMT & ICOH Brasil** < <https://apmtsp.org.br/webinar-apmt-icoh-brasil/>> 14 de agosto de 2025
- **POSICIONAMENTO DA APMT SOBRE A LEI Nº 15.176/2025** < <https://apmtsp.org.br/posicionamento-da-apmt-sobre-a-lei-no-15-176-2025/>> 13 de agosto de 2025
- **eSocial SST – Riscos, Oportunidades e Reflexões para a Medicina do Trabalho** < <https://apmtsp.org.br/esocial-sst-riscos-oportunidades-e-reflexoes-para-a-medicina-do-trabalho/>> 8 de agosto de 2025
- **Ruído Ocupacional, EPI e PCA: A Insalubridade Pode Ser Tecnicamente Eliminada?** < <https://apmtsp.org.br/ruido-ocupacional-epi-e-pca-a-insalubridade-pode-ser-tecnicamente-eliminada/>> 30 de julho de 2025
- **Hepatites para o médico do trabalho** < <https://apmtsp.org.br/hepatites-para-o-medico-do-trabalho/>> 28

de julho de 2025

- **Nova resolução do INSS limita afastamentos por perícia documental: entenda a vigência do prazo de 60 dias < <https://apmtsp.org.br/nova-resolucao-do-inss-limita-afastamentos-por-pericia-documental-entenda-a-vigencia-do-prazo-de-60-dias/>>** 18 de julho de 2025

## Categorias

- **Artigos < <https://apmtsp.org.br/categoria/artigos/>>**
- **Entrevistas < <https://apmtsp.org.br/categoria/entrevistas/>>**
- **Fotos < <https://apmtsp.org.br/categoria/fotos/>>**
- **Notícias < <https://apmtsp.org.br/categoria/noticias/>>**
- **Reuniões APMT < <https://apmtsp.org.br/categoria/reunioes-apmt/>>**
- **Série < <https://apmtsp.org.br/categoria/serie/>>**

Busque por período:

Selecionar o mês



< <https://wpmet.com/plugin/elementskit/>>

Fundada em 1989, a Associação Paulista de Medicina do Trabalho (APMT) busca organizar a categoria para atuar de forma mais efetiva no aprimoramento técnico e científico dos Médicos do Trabalho do Estado de São Paulo, além de apoiar e promover ações de melhoria dos ambientes e das condições de trabalho junto às equipes

multidisciplinares.

## Links Úteis

ANAMT < <https://www.anamt.org.br/portal/>>

CREMESP < <https://www.cremesp.org.br/>>

CFM < <http://portal.cfm.org.br/>>

APM < <http://associacaopaulistamedicina.org.br/>>

CLT < [http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/decreto-lei/Del5452.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/decreto-lei/Del5452.htm)>

REFORMA < [http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/TRABALHISTA\\_ato2015-2018/2017/lei/l13467.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/TRABALHISTA_ato2015-2018/2017/lei/l13467.htm)>

PREVIDÊNCIA SOCIAL < <http://www.previdencia.gov.br/>>

ESOCIAL < <http://portal.esocial.gov.br/>>

## Newsletter

Nome

E-mail

Enviar

© 2022 TODOS OS DIREITOS RESERVADOS

ASSOCIAÇÃO PAULISTA DE MEDICINA DO TRABALHO – APMT

Desenvolvimento: **Agência Principiar < [https://principiar.com.br/?utm\\_source=siteampt&utm\\_campaign=ampt](https://principiar.com.br/?utm_source=siteampt&utm_campaign=ampt)>**