O Boletim de Conjuntura (BOCA) publica ensaios, artigos de revisão, artigos teóricos e empíricos, resenhas e vídeos relacionados às temáticas de políticas públicas.

O periódico tem como escopo a publicação de trabalhos inéditos e originais, nacionais ou internacionais que versem sobre Políticas Públicas, resultantes de pesquisas científicas e reflexões teóricas e empíricas.

Esta revista oferece acesso livre imediato ao seu conteúdo, seguindo o princípio de que disponibilizar gratuitamente o conhecimento científico ao público proporciona maior democratizacão mundial do conhecimento.



BOLETIM DE CONJUNTURA

BOCA

Ano VI | Volume 18 | Nº 53 | Boa Vista | 2024

http://www.ioles.com.br/boca

ISSN: 2675-1488

https://doi.org/10.5281/zenodo.12559560

BOLETIM DE CONJUNTURA

www.ioles.com.br/boca

TELETRABALHO OBRIGATÓRIO E SAÚDE MENTAL: NARRATIVAS DE TRABALHADORES NO SETOR PÚBLICO

Layreane Silvano dos Santos[1]

Maria Júlia Pantoja[2]

Resumo

Este estudo discute o tema do teletrabalho obrigatório em relação a saúde mental e, como objetivo, visa analisar a influência do teletrabalho obrigatório na saúde mental de servidores técnico-administrativos de uma instituição de ensino pública, durante a pandemia. Adotou-se o aporte teórico-metodológico da psicossociologia do trabalho privilegiando suas vivências e narrativas enquanto estudo de caso de abordagem qualitativa, de natureza exploratória e descritiva, mediante a análise de conteúdo. Os resultados demonstraram que os participantes compreendem saúde mental a partir da percepção positiva do constructo bem-estar em suas multidimensões, compartilhando influências negativas em sua maioria (58%), seguidos de influências ambíguas, negativas e positivas (28%) e, por fim, influências positivas (14%). Evidencia-se, portanto, o prejuízo a saúde mental dos teletrabalhadores durante a pandemia. Destaca-se a contribuição da pesquisa no debate atual sobre saúde mental e teletrabalho, tendo em vista a complexidade e reduzido foco sobre o tema no âmbito da implementação de políticas públicas.

Palavras-chave: Pandemia; Políticas Públicas; Saúde Mental; Teletrabalho.

Abstract

This study discusses the topic of mandatory teleworking in relation to mental health and, as an objective, aims to analyze the influence of mandatory teleworking on the mental health of technical-administrative employees at a public educational institution, during the pandemic. The theoretical-methodological contribution of work psychosociology was adopted, privileging their experiences and narratives as a case study with a qualitative approach, exploratory and descriptive in nature, through content analysis. The results demonstrated that participants understand mental health based on the positive perception of the well-being construct in its multidimensions, sharing mostly negative influences (58%), followed by ambiguous, negative and positive influences (28%) and, finally, positive influences (14%). Therefore, the damage to the mental health of teleworkers during the pandemic is evident. The contribution of the research to the current debate on mental health and teleworking stands out, given the complexity and reduced focus on the topic within the scope of the implementation of public policies.

Keywords: Mental Health; Pandemic; Public Policy; Telework.

INTRODUÇÃO

As mudanças no trabalho impactam múltiplas dimensões da vida social e pessoal de forma que o teletrabalho, enquanto modalidade de trabalho flexível, abarca o desafio desta discussão nas organizações públicas tendo em vista sua implantação intempestiva durante a pandemia da Covid-19. A implantação repentina do teletrabalho na pandemia, ocorrida na forma compulsória e obrigatória, merece maiores investimentos em pesquisa no setor público no que tange a saúde mental diante da

[1] Assistente Social da Universidade de Brasília (UnB). Mestra em Gestão Pública pela Universidade de Brasília (UnB). E-mail: layreane@unb.br

[2] Professora da Universidade de Brasília (UnB). Doutora em Psicologia Social, do Trabalho e das Organizações pela Universidade de Brasília (UnB). E-mail: jpantoja@unb.br

prevalência de estudos internacionais e quantitativos e preenchendo lacunas de pesquisa enquanto justificativa para este estudo.

O tema desta pesquisa, discute a relação entre o teletrabalho obrigatório e a saúde mental e seu objetivo visa analisar a influência do teletrabalho obrigatório na saúde mental de servidores técnicos-administrativos de uma instituição de ensino pública federal durante a pandemia. Reflete, dessa forma, a preocupação quanto ao potencial efeito sobre a saúde mental dos trabalhadores.

O presente artigo teve como escopo a análise das narrativas de teletrabalhadores, com base nos recortes teórico-conceitual da psicossociologia do trabalho, acerca das influências do teletrabalho obrigatório experimentado na pandemia que interferiram na saúde mental conforme concebida pelos participantes. Considera-se neste aporte teórico a posição estruturante do trabalho na construção da individualidade e da subjetividade do sujeito. Assim, seus determinantes caracterizam um sujeito duplo na interação com o psíquico e o social situado e protagonista de sua história.

Os procedimentos metodológicos da psicossociologia do trabalho privilegiam, neste estudo, a abordagem qualitativa de natureza descritiva, exploratória, transversal e indutiva com fonte de coleta de informações primárias e secundárias com base na reflexão do sujeito de suas experiências, a partir de suas narrativas, como instrumentais em suas histórias de vida e entrevistas. A análise de conteúdo complementa-se pelo software Iramuteq na conferência de categorização e uma nuvem de palavras em site específico que integram a metodologia deste estudo.

O artigo está estruturado em cinco seções, além desta introdução. Na segunda seção são apresentados os enfoques teóricos que abordam as relações entre trabalho e saúde mental, bem como teletrabalho e saúde mental na pandemia: conceitos e desafios. Em seguida, são descritos os procedimentos metodológicos utilizados na pesquisa. Posteriormente, são apresentados e discutidos os resultados encontrados no estudo. Por fim, na seção considerações finais são discutidas implicações e limitações da pesquisa e destacadas possibilidades para o desenvolvimento de pesquisas futuras.

REFERENCIAL TEÓRICO

As mudanças no mundo do trabalho intensificadas na década de 80 repercutiram nas “formas de inserção na estrutura produtiva, nas formas de representação sindical e política” (ANTUNES, 2015, p. 33) que, para Antunes (2015), decorreram das inovações tecnológicas inseridas nas relações de trabalho e de produção do capital destacando a dimensão coletiva desmobilizada, o que fragiliza seu poder de reinvindicação. (ANTUNES, 2020).

No que tange à dimensão individual, Dejours (1992) destaca o trabalho como mecanismo central na construção da identidade e da saúde, assim como no processo de formação das relações entre indivíduos, no convívio e na cultura, portanto, coletivo. Para o autor, "a organização do trabalho exerce sobre o homem uma ação específica, cujo impacto é o aparelho psíquico. Em certas condições emerge um sofrimento que pode ser atribuído ao choque entre uma história individual, portadora de projetos, de esperanças e de desejos e uma organização do trabalho que os ignora." (DEJOURS, 1992, p. 133).

Ou seja, o sofrimento no trabalho compreende a impossibilidade da criatividade para transformação e apropriação do significado e sentido do trabalho, paralisando o sujeito e reforçando o individualismo enquanto espaço de adoecimento diante do não reconhecimento e da não gratificação para a construção de uma identidade social impossibilitando, assim, a transformação do sofrimento em prazer e isolando o sujeito. (DEJOURS, 1992).

Mendes (2007) destaca que a evitação do sofrimento do trabalhador seria um desejo constante em busca de prazer e saúde diante das exigências advindas das relações de trabalho que podem vulnerabilizá-lo, considerando os princípios de flexibilização do trabalho no isolamento projetado no desejo de produção enquanto estratégia defensiva para evitar o sofrimento, afastando-se, com isto, do confronto orientado às mudanças. Esta autora apresenta as condições de trabalho constituídas pelo ambiente físico, seu local de trabalho, os materiais e equipamentos como indicadores do contexto de trabalho e da qualidade do trabalho que repercutem na saúde mental.

Para Gaulejac (2014) representante da psicossociologia do trabalho, a dupla determinação psíquica e social forma a estrutura que constitui o sujeito como produto e produtor de sua história em busca de sentido em um processo de estruturação da identidade pessoal, subjetiva, social e coletiva, no reconhecimento e pertencimento, entendendo que o sujeito carrega a história do grupo, de uma estrutura que o prescreve. O contato social e o suporte social são, portanto, importantes mecanismos para a construção da identidade. Diante disto, constata-se a dificuldade da separação da identidade pessoal da social que, para a psicossociologia do trabalho, atuam reciprocamente. Ressalta-se, dessa forma, a diversidade na teoria e na metodologia da psicossociologia do trabalho, assim como a transdisciplinaridade, que expande os saberes e amplia sua análise considerando a indissociação do sujeito e da cultura. (CASADORE, 2016).

Assim, segundo Gaulejac (2007) a lógica econômica em busca de fazer sentido por si dissolve os outros elementos significativos do trabalho submetendo, no imaginário social, o princípio da economia para acobertar essa perda, sobrepondo assim o econômico ao social. Representa, com isso, um modelo punitivo, cultural, tradicional e disciplinar que normaliza o sofrimento mesmo na gestão. Parmegiane (2020) apresenta o direito ao trabalho como fundamental, e sua violação um dano existencial.

A construção da identidade do sujeito em sua subjetividade pode ser compreendida pela influência do sistema social familiar que, para Eiguer (1989), atua enquanto função de um organizador psíquico formando o coletivo pelo jogo de representações psíquicas. Desta forma, a família seria uma representação inconsciente desse grupo organizando, regulando a dinâmica familiar de forma consciente e inconsciente para a coesão nas crises. Eiguer (1989) o concebe constituído por três partes: o sentimento de pertença (reconhecimento e ligação original com a família), o habitat interior (protege a casa e a família no medo e na gratidão) e o ideal do ego familiar (compartilhamento de afetos).

As organizações influenciam a construção da identidade no aparelho psíquico inconsciente do trabalhador instalando uma relação de dependência subjetiva em três momentos, definidos por Pagés *et al.* (1993) pela identificação (ego enfraquecido e organização forte), projeção (identificação com o agressor elimina o ego fraco intensificando a competição) e introjeção (organização invade e atua como uma droga que também invade a vida pessoal isolando).

Observa-se, portanto, a relação entre trabalho, saúde e saúde mental (DEJOURS, 1992; GAULEJAC, 2007). Desta forma, constitui desafio definir saúde mental tendo por base contextos históricos, coexistindo dois discursos, um restrito baseado no médico hegemônico e outro ampliado na produção social da saúde. Destaca-se assim o processo do individual para o coletivo. (GAINO *et al*., 2018). Neste sentido, para a Organização Mundial de Saúde (OMS), saúde seria "um estado de completo bem-estar físico, mental e social, e não consiste apenas na ausência de doença ou de enfermidade." (WHO, 1948). Expande, portanto, o conceito de saúde de forma que o conceito de saúde mental seria "um estado de bem-estar no qual um indivíduo percebe suas próprias habilidades, pode lidar com os estresses cotidianos, pode trabalhar produtivamente e é capaz de contribuir para sua comunidade." (WHO, 2014). Os conceitos, portanto, compartilham o constructo bem-estar em suas definições.

Com base nesse conceito, Warr (1987) propôs uma definição considerando as dimensões de bem-estar, competência, autonomia, aspiração e integração. Hirschle e Gondim (2020) ressaltam a dificuldade na definição dos conceitos de saúde mental e apontam a concepção da psicologia positiva de forma que o bem-estar teria relação com a variedade de experiências positivas, negativas, psicossomáticas e cognitivas de satisfação. O modelo multidimensional de bem-estar social apontado por Keyes (1998) compreende a coerência social, a atualização social, a integração social (funcional e disfuncional), a aceitação social e a contribuição social.

Cosenza (2021) estabelece que o equilíbrio do funcionamento da mente estaria no bem-estar diante dos estados de atenção, cognição, emoção e motivação. O desequilíbrio emocional estaria na indiferença e hiperatividade assumindo o funcionamento cognitivo e executivo e comprometendo, nesse caso, os processos decisórios e o funcionamento do indivíduo. Os estados de equilíbrio e desequilíbrio

são referidos por Hunter *et al*. (2013) como multidimensionais, amplos e complementares. Hirschle e Gondim (2020) destacam que os estados de desequilíbrio na dimensão do trabalho associam-se a preditores de transtornos mentais.

Os estados de estresse, de ansiedade e depressão compõem medidas de avaliação em saúde mental conforme a escala psicométrica DASS 21 (GORESTEIN; WANG; HUNGERBÜHLER, 2015). As definições de depressão, de Beneton, Schimitt e Andretta (2021), enfatizam a falta de vontade, de energia e desânimo. Segundo os autores, a ansiedade seria o sentimento de medo, angústia ou excitação pelo futuro, e o estresse seria uma forma de resposta fisiológica e psicológica que causa tensão, impaciência e dificuldade para o relaxamento.

Teletrabalho e saúde mental na pandemia: conceitos e desafios

Os estudos bibliográficos enfatizam a preferência dos trabalhos internacionais sobre o tema teletrabalho, saúde mental e pandemia, o que demostra a necessidade de pesquisas no cenário nacional (ARAÚJO; LUA, 2021; RIBEIRO, 2021). A definição de teletrabalho, telecommuting, telework, remote work em inglês e trabalho remoto e home office, também usada em português, compreende um novo arranjo de trabalho (ARAÚJO; LUA, 2021; BELZUNEGUI-ERASO; ERRO-GARCÉS, 2020), marcado pelo estudo de Jack Nilles, em 1975, que aborda uma resposta de trabalho flexível e sustentável (BJURSELL; BERGMO-PRVULOVIC; HEDEGAARD, 2021; SCHMITT; BREUERBB; WULFC, 2021).

Nas várias definições de teletrabalho (BRUNELLE; FORTIN, 2021) destaca-se o conceito de teletrabalho compulsório adequado à pandemia de Pantoja, Andrade e Oliveira (2020), entendido pela implantação imediata e contingencial de uma modalidade de trabalho flexível mediada pelas TICs e não executada no ambiente da organização. Assim, o teletrabalho assume, diante das medidas de isolamento da pandemia da Covid-19 em 2020, status de normalidade (ALBRO; MCELFRESHB, 2021; BELZUNEGUI-ERASO; ERRO-GARCÉS, 2020; BJURSELL; BERGMO-PRVULOVIC; HEDEGAARD, 2021; BRUNELLE; FORTIN, 2021; CHI; SALDAMLI; GURSOY, 2021; SCHMITT; BREUERBB; WULFC, 2021), embora, para Nagata *et al*. (2021), ele não seria uma modalidade recente, mas ampliada pela pandemia para conter o contágio do vírus diante do distanciamento social. (NAGATA *et al*., 2021; SCHMITT; BREUERBB; WULFC, 2021).

Para Shirmohammadi e Beige (2022) o teletrabalho na pandemia enfatiza desajustes desejáveis e indesejáveis. Estes incluem a flexibilidade de horário versus a intensidade do trabalho, a flexibilidade de local versus a limitação de espaço, os arranjos viáveis tecnológicos de trabalho versus o tecnoestresse e

o isolamento, e o arranjo favorável à família versus a intensificação do trabalho doméstico e do cuidado. Pensar e Housi (2023) destacam a flexibilidade do trabalho e acrescenta a autonomia e a economia de tempo como recursos do teletrabalho. Os preditores de satisfação no teletrabalho durante a pandemia relacionaram o ambiente do trabalho e a cultura organizacional (SOUSA-UVA *et al*., 2021).

Ribeiro (2021) apresenta a prevalência de artigos quantitativos internacionais destacando: efeitos positivos do teletrabalho à saúde mental como os horários flexíveis, o controle psicológico, menor depressão e estresse, redução da tensão psicológica e satisfação no trabalho; e efeitos negativos como menos treinamentos, visibilidade e desenvolvimento no trabalho. Ressalta-se o estresse manifestado por homens e mulheres no cuidado com os filhos e a rede de apoio como redutora da tensão psicológica. Além da rede de apoio, Araújo e Lua (2021) citam a falta de convívio e interação social, a estigmatização social como sobrecarga do teletrabalho definida por Lemos, Barbosa e Monzato (2020) como a pressão no desempenho dos papéis no ambiente de trabalho e da casa. A flexibilidade no trabalho, para os autores, refere-se à possibilidade de trabalhar onde, quando e como quiser.

As TICs desempenharam, para Belzunegui-Eraso e Erro-Garcés (2020), potencial de aproximação; no entanto, para Schmitt, Breuerbb e Wulfc (2021), favoreceram a sobrecarga biopsicossocial e agravaram sintomas depressivos e estressores. Sârbu *et al*. (2021) destacam a tecnologia como inclusiva, assim como excludente. Circunstâncias positivas e negativas do teletrabalho foram observadas por Bjursell, Bergmo-Prvulovic e Hedegaard (2021) diante da flexibilidade de horários e da relação entre trabalho e família. Falcão e Santos (2021) destacaram essa dialética de percepções negativas e positivas considerando a incerteza e a insegurança do teletrabalho na pandemia e a necessidade de adaptação organizacional. Desta mesma forma, Baccilli e Cruz (2021) ressaltaram um momento positivo após a adaptação inicial dos teletrabalhadores que, segundo Schmitt, Breuerbb e Wulfc (2021), estimula a criatividade e a inovação das habilidades técnicas.

O suporte organizacional pode ser apontado como desafio da gestão (ALBRO) e, segundo Pantoja, Andrade e Oliveira (2020), Andrade e Oliveira (2020), os temas de gestão e teletrabalho merecem maiores estudos no que tange às instituições públicas. Nessa linha, Alencar *et al*. (2023) enfatizam a necessidade de cuidar da saúde dos teletrabalhadores. Aegundo Santos *et al.* (2024), isso deve promover ações de enfrentamento ao adoecimento, de reestruturação do trabalho e acolhimento pós-pandemia e, dessa forma, a defesa da relevância social destes estudos e intervenções. (VIEIRA; NASCIMENTO, 2021).

A falta de interação social diante do isolamento e do sentimento de solidão destaca-se como desvantagem do teletrabalho para Bjursell, Bergmo-Prvulovic e Hedegaard (2021); Brunelle e Fortin (2021); Fukushima *et al*. (2021); Nagata *et al.* (2021); Schmitt, Breuerbb e Wulfc (2021). No que tange

às condições de trabalho durante o teletrabalho, uma desvantagem pode ser citada considerando-se o impacto negativo na satisfação no trabalho apontado na pesquisa de Petcu *et al.* (2021). No entanto, no que se refere à gestão do tempo e ao deslocamento, esses autores, juntamente com Bjursell, Bergmo-Prvulovic e Hedegaard (2021), apontam vantagens no teletrabalho que para Nagata *et al*. (2021) figuram na liberdade de trabalho perante a autonomia como efeito positivo para a saúde, o que é confirmado por Brunelle e Fortin (2021) e permite atender às necessidades psicológicas de autonomia no trabalho.

Ressalta-se a pandemia enquanto fenômeno social que se sobrepõe a outras dimensões, considerando-se a abrangência de seus impactos, conforme destacam Antunes e Fischer (2020) e é explicado por Marcel Mauss na concepção de fato social total manifestado na sociedade, na economia, na psique, na cultura, no comportamento, nas ideias e nos valores. (MAUSS, 1988).

PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

A partir dos objetivos da pesquisa, a abordagem qualitativa mobiliza a sensibilidade empírica dos discursos no estudo de fenômenos com pouca informação, portanto exploratório e descritivo, considerando o registro e a descrição em profundidade na análise do estudo de caso (CRESWELL, 2017). O enfoque da psicossociologia do trabalho, uma das clínicas do trabalho, estuda a relação entre trabalho e subjetividade dos sujeitos e suas coproduções de sentidos na reciprocidade entre o psíquico e o social, o individual e o coletivo (GAULEJAC, 2014). Entendendo o sujeito como ator social, produto e produtor de história, permite enfatizar, pela sua história de vida, os determinantes na vivência do sujeito. (CASADORE, 2018).

A pesquisa documental e a história de vida complementada pela entrevista semiestruturada foram instrumentais desta pesquisa de estudo transversal. A pesquisa ocorreu em uma instituição pública de ensino superior na esfera federal com sua identificação ocultada de modo a resguardar o sigilo da identidade dos participantes. Foram selecionados por conveniência e acessibilidade 15 servidores técnico-administrativos da instituição que estiveram em teletrabalho em período integral, ou seja, envolvidos diretamente no evento. (CRESWELL, 2017). Para resguardar o sigilo das informações e a identidade dos participantes, estes foram caracterizados por SUJ referente a sujeito e seguido de um número de 01 a 15.

As entrevistas ocorreram nos meses de março e abril de 2022 pela plataforma virtual Teams do Office 365. Somente duas foram presenciais. Todas tiveram duração aproximada de 1 hora e 30 minutos. Para cumprir a necessidade de autorização, foram encaminhadas à instituição uma carta de apresentação e o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, assegurando os preceitos éticos da

investigação com autorização dos participantes e o compromisso de descarte após a conclusão do trabalho.

A pesquisa utilizou o método indutivo para a observação e o conhecimento dos sujeitos com base em suas experiências particulares para compreensão do tema, ou seja, com resultados a partir dos dados em campo. (CRESWELL, 2017). Os procedimentos de coleta de informações, inicialmente, abrangeram pesquisa documental de fonte secundária nos bancos de dados (CAPES CAFE, BCE) seguida de fontes primárias com os dados das histórias de vida e entrevistas semiestruturadas.

A análise e interpretação das informações recolhidas nesta pesquisa basearam-se na análise de conteúdo de Bardin (2011) e foram estruturadas com categorias a priori e a posteriori na pré-análise, na exploração do material e no tratamento dos resultados pela inferência e interpretação. Destaca-se que, para os procedimentos de análise de conteúdo, enquanto técnica de investigação e interpretação sistematizada dos dados coletados (VIEIRA; NASCIMENTO 2021), foi utilizado o software Iramuteq (Interface R para análises multidimensionais de textos) na fase referente a exploração do material e tratamento dos resultados. Segundo Souza *et al*. (2018), sua aplicação no processamento de dados qualitativos permite a análise estatística de textos provenientes de entrevistas, conferindo índices, unidades de registro, categorização e enumeração para a classificação e análise de frequências e similitudes diante das 132 páginas de dados coletados nos discursos e sistematizados conforme a categorização dos resultados deste estudo. Para complementar a coleta e análise dos dados, foi gerada uma nuvem de palavras em site específico (https://classic.wordclouds.com) que resultou das narrativas dos participantes.

RESULTADOS E ANÁLISES

Conceito de saúde mental dos participantes

Almejando identificar o que os participantes entendem por saúde mental, as respostas categorizadas com base nos relatos destacaram o constructo positivo de bem-estar, o estado de equilíbrio, o suporte social e a concepção de ausência de saúde mental.

Os relatos apresentaram o constructo positivo de bem-estar:

> É, eu acho que, que, que, assim, eu não, não, não sei a definição que a pessoa vai dar mas deve ser, acredito, que seja mesmo, o bem-estar, né? Bem, bem-estar, seja com o trabalho e tal, em casa também, o bem estar geral, né? (SUJ05).
>
> [...] bem-estar físico, psíquico, emocional e espiritual também (SUJ13).

Para os entrevistados, o bem-estar compõe o ambiente pessoal abrangendo o físico, a mente, o psíquico, o emocional, o espiritual e o holístico, assim como o ambiente familiar e profissional. Esse constructo presente nos conceitos de saúde e saúde mental da Organização Mundial de Saúde foram compartilhados nesta pesquisa segundo Hirschle e Gondim (2020), na psicologia positiva envolvendo uma variedade de experiências afetivas positivas, psicossomáticas e estados cognitivos de satisfação.

A categoria estado de equilíbrio como determinante de saúde mental foi destacada no relato de SUJ01:

> Acho que saúde mental é você ter um equilíbrio, né? Profissionalmente, é… No campo profissional, familiar, acho que é um equilíbrio entre todas essas áreas. Principalmente no trabalho, porque o trabalho impacta muito como que a gente vai, a gente traz para casa esse tipo de coisa, então acho que é esse equilíbrio. Saúde mental é ter um equilíbrio.

Esse determinante compartilhado pelos participantes, para Hunter *et al*. (2013), representa a natureza multidimensional que marca a dificuldade em conceituar saúde, pois equilíbrio pode ser atributo de várias experiências e, segundo Cosenza (2021), sua dimensão emocional age como regulador para atingir o bem-estar.

O suporte social como categoria está presente nas narrativas:

> [...] saúde mental é você ter uma estrutura que te abarque, que te dê condições de você realizar suas atividades (SUJ11).
>
> E aí, para isso, eu vejo muita questão do estabelecimento de uma rede de apoio. É, no meu caso, né? (SUJ10).

Essas visões compreendem a saúde mental como estrutura e apoio tendo por base o suporte social diante do desenvolvimento de capacidades e potencialidades de um sujeito plural e social demandando estrutura para sua interação (GAULEJAC, 2014).

As narrativas evidenciaram a ausência de saúde mental complementar ao conceito de saúde mental como nos relatos a seguir:

> [...] é não ficar surtado (SUJ06).
>
> Sem nenhum tipo de, é, preocupação que de alguma forma afete negativamente a sua vida, o seu trabalho. Preocupação num sentido mais amplo, né? (SUJ07).
>
> Não seria somente a ausência de doença, é mais ampliado...Por isso não seria uma coisa individual, mas uma construção coletiva, depende de muitas questões do indivíduo e do coletivo... (SUJ14).

As concepções destacam a ausência, a não saúde, o sofrimento, a patologia, a pressão, mesmo não limitada à doença, e alinha-se a essas referências o conceito de saúde da OMS: "não consiste apenas na ausência de doença ou de enfermidade" (WHO, 1948). Para além do enfoque individual, o coletivo demonstra a correspondência da construção histórica e cultural associada à perspectiva de produção social de saúde, conforme Gaino *et al*. (2018), como um paradigma novo e ampliado de saúde e saúde mental, da individualidade para a coletividade.

A partir da relação de ausência intrínseca ao conceito de saúde mental nos relatos, o que não seria saúde mental decorreu de estados de desequilíbrio, estados e/ou sintomas de estresse, ansiedade, depressão, disfuncionalidade e falta de autonomia enquanto subcategorias.

A subcategoria estado de desequilíbrio evidenciou-se nos relatos como os de SUJ15 e SUJ02:

> Desequilíbrio...emocional em que coisas externas ou internas consigam te atingir a ponto de que você não consiga nem fazer o seu dia a dia (SUJ15).
>
> E não ter, é, desequilíbrio (SUJ02).

Para Hunter *et al*. (2013) os estados de desequilíbrio e de equilíbrio são multidimensionais, complementares e amplos e, segundo Hirschle e Gondim (2020), os estados de desequilíbrio na dimensão trabalho estão associados a preditores de transtornos mentais. Cosenza (2021) associa o estado de desequilíbrio emocional diante da indiferença e da hiperatividade quando as emoções assumem o funcionamento cognitivo e executivo prejudicando as decisões e o funcionamento do sujeito.

As narrativas a seguir expressam o estado e/ou sintomas de estresse, de ansiedade, de depressão, de disfuncionalidade e de falta de autonomia:

> Talvez tenha a ver também com depressão, ansiedade e estresse, essas doenças mentais, que são as principais que eu conheço." SUJ08
>
> [...] fazer...o disfuncional, ser disfuncional..." SUJ15
>
> É você ser obrigado a fazer algo que não faça sentido." SUJ09

O estresse, a ansiedade e a depressão constituem indicadores para avaliação de saúde mental nos transtornos, conforme escala psicométrica DASS 21 (GORESTEIN; WANG; HUNGERBÜHLER, 2015). Para Beneton, Schmitt e Andretta (2021), a depressão caracteriza-se pela falta de vontade, desânimo e falta de energia. Segundo os autores, a ansiedade marca o sentimento de medo ou angústia e excitação por preocupações sobre o futuro. E o estresse seria uma resposta fisiológica e psicológica para eventos causando tensão, impaciência e dificuldade para relaxar. A disfuncionalidade marca o impacto na capacidade funcional estruturada na integração social formulada por Keyes (1998). A falta de

autonomia na obrigação de fazer o que não tem sentido destaca-se no conceito de saúde mental de Warr (1987) como constituinte de saúde mental.

Diante do exposto, os participantes apresentam o conceito de saúde mental marcado pela concepção positiva do constructo bem-estar junto ao estado de equilíbrio e suporte social complementar à percepção de ausência de saúde mental compreendido como o desequilíbrio diante dos estados e sintomas de estresse, ansiedade, depressão, disfuncionalidade e falta de autonomia.

Assim, nesta pesquisa, os relatos demonstram a semelhança com os conceitos da OMS sobre saúde e saúde mental diante do constructo de bem-estar para a vida produtiva evitando o negativo marcado pela ausência de saúde mental e refletindo, portanto, a perspectiva biomédica apesar dos avanços na dimensão holística e social. Ressalta-se que apesar da influência da OMS, os entrevistados refletiram sobre sua saúde mental como forma de apropriar-se desse conceito encontrando determinantes que atuam sobre o sujeito em sua vivência, processo fundamental apontado pela psicossociologia do trabalho. (CASADORE, 2018).

Influência do teletrabalho sobre a saúde mental

Para a maioria dos entrevistados, o teletrabalho influenciou negativamente a saúde mental durante a pandemia a partir dos discursos, nas categorias temáticas negativas com 58%, nas ambíguas negativas e positivas com 28% e nas positivas com 14%. Destaca-se que os participantes não fizeram distinção entre os efeitos do teletrabalho e a pandemia para a sua saúde mental, compreendendo-os como indissociados, considerando a pandemia enquanto fenômeno social. (ANTUNES; FISCHER, 2020; MAUSS, 1988).

Observa-se a prevalência de influências negativas do teletrabalho sobre a saúde mental na pandemia como categoria presente nos relatos dos participantes, tendo como subcategorias a ausência de planejamento organizacional da gestão, a sobrecarga de papéis entre o trabalho e a casa e a falta de interação social pelo isolamento e sentimento de solidão. A categoria de influências ambíguas, tanto negativas quanto positivas, demarca subcategorias diante da adaptação organizacional, de utilização das TICs e de fuga de conflitos familiares e do trabalho. A categoria seguinte, de influências positivas, apresenta como subcategoria as condições e flexibilidade do trabalho.

Influências negativas

De acordo com os participantes, predominou a influência negativa do teletrabalho para a saúde mental durante a pandemia, a partir da ausência de planejamento da gestão, da sobrecarga agravada diante da sobreposição de papéis entre o trabalho e a casa e, ainda, pela falta de interação social diante do isolamento e do sentimento de solidão.

- ***Ausência de planejamento***

As narrativas descrevem a ausência de organização da gestão diante da intempestiva implementação do teletrabalho na pandemia e seu impacto na saúde mental:

> É, eu acho que é a pandemia, nessa questão do teletrabalho, o que ela afetou foi o fato de ser uma implementação à força, né? E sem muito preparo, digamos assim, né? (SUJ07).
>
> A (instituição) não tem controle de forma institucionalizada, né? Assim, é, não tem nem planejamento de atividades, quanto mais fazer o controle dessas atividades, é, então... a falta de capacidade das instituições em geral de tomar decisões mais centralizadas (SUJ07).
>
> Não, eu acho que eles deixaram correr bem solto. Sim, eu acho que por eles deixarem solto. Acabou que ela diminuiu o suporte também. A gente teria que correr atrás (SUJ06).
>
> Ainda tem que considerar que como não teve qualquer treinamento então a gente sem preparo não conseguiu organizar nada, nem podia sair praticamente então a gente não sabia o que fazer, como fazer o trabalho e isso também foi bem angustiante, e esta angústia impactou na saúde mental com a ansiedade (SUJ14).

Os entrevistados apontam que o teletrabalho foi implementado de forma repentina durante a pandemia para proteção diante da contaminação pelo vírus SARS-CoV-2, responsável pela Doença do Coronavírus 2019 - Covid-19 (SENHORAS, 2021), difundindo essa modalidade de trabalho (ALBRO; MCELFRESHB, 2021; BELZUNEGUIERASO; ERRO-GARCÉS, 2020; BJURSELL; BERGMO-PRVULOVIC; HEDEGAARD, 2021; BRUNELLE; FORTIN, 2021; CHI; SALDAMLI; GURSOY, 2021; SCHMITT; BREUERBB; WULFC, 2021).

Observa-se nos relatos a falta de planejamento, controle e suporte da gestão, importantes práticas organizacionais para a preservação da saúde dos trabalhadores conforme Albro e Mcelfreshb (2021) que compartilham o suporte organizacional como desafio de gestão com Bjursell, Bergmo-Prvulovic e Hedegaard (BJURSELL; BERGMO-PRVULOVIC; HEDEGAARD, 2021).

Dessa forma, a reduzida capacidade de organização da gestão diante da implementação intempestiva do teletrabalho impactou negativamente a saúde mental dos entrevistados, que se sentiram angustiados e ansiosos.

- ***Sobrecarga de papéis***

A sobrecarga de trabalho, conceituada por Lemos, Babosa e Monzato (2020) como a pressão no desempenho dos papéis profissional e pessoal de modo que o desempenho de um dificulta o outro indicam o impacto negativo na saúde mental dos teletrabalhadores ao procurar conciliar o trabalho ao ambiente da casa. De acordo com os relatos, essa sobrecarga foi agravada por diversos fatores como a questão de gênero, a presença dos filhos, as atividades de gestão, a rede de apoio e o estigma com o teletrabalho.

O relato de SUJ02 expõe a sobrecarga considerando-se a **questão de gênero**:

> [...] você entende como é que é os primeiros meses, primeiros anos de uma criança. Então, era muito, então vinha com esse processo cumulativo, assim. Agora você trabalha de casa, aí eu: Lascou, porque ela não 'tá' na escola. Então, assim, o trabalho é assim: Você tem um dia para se dedicar para uma criança, não é complicado, não é difícil. Mas você tem um dia para lidar com a criança, lidar com seu trabalho, se cuidar... Então o grande complicador foi isso. É 'tá' com ela em casa, ter que lidar com essas várias realidades, porque é muito diferente [...]

A narrativa apresenta a exclusividade do gênero feminino no cuidado com a filha; Araújo e Lua (2021) apontam que a sobrecarga do teletrabalho ocorre em função da posição acumulada pelas mulheres nas tarefas do trabalho e da casa, vinculando o trabalho doméstico no âmbito produtivo, alinhando os interesses da acumulação do capital ao patriarcado de modo que o trabalho doméstico, perdido no tempo, não é considerado trabalho, assim como não gera valor e é considerado obrigação unicamente das mulheres. Dessa forma, os autores sinalizam que a divisão sexual do trabalho reflete as estruturas de dominação masculina diante da sobreposição de jornadas potencializadas pela transferência do trabalho para a casa.

Para além das questões de gênero, a **presença dos filhos** também influenciou a saúde mental do gênero masculino:

> Olha… Eu, eu acho que ele teve algum tipo de correlação com meu nível de paciência. Principalmente, com filho chorando o tempo todo, pedindo atenção. Ela exigiu muita atenção da gente. E de vez em quando, a gente perde a paciência com ela.... a gente precisa fazer o trabalho, tem hora que tem reunião, o que que vai fazer? A criança querendo atenção - não é o correto, mas a gente tem que ceder, tipo um tablet pra ela ficar mexendo.... já aconteceu da gente tentar, é, participar de reunião com ela solta, brincando, e as reuniões não fluíam, a gente não conseguia desenvolver. […] (SUJ06).

A experiência de SUJ06 revela que homens e mulheres se sentiram estressados com a presença dos filhos durante o teletrabalho, como destacado em Ribeiro (2021), repercutindo na falta de paciência

(BJURSELL; BERGMO-PRVULOVIC; HEDEGAARD, 2021) e afetando negativamente a saúde mental.

SUJ10 apresenta grave adoecimento durante o teletrabalho:

> Na época, eu estava na (um cargo de gestão) tentando responder isso tudo com uma criança em casa 24 horas num apartamento de 40 m². … Então, esse primeiro momento para mim foi muito difícil, foi muito adoecedor. Eu fiquei extremamente irritada, estressada e com uma demanda de trabalho que não cabia no horário que eu tinha para trabalhar.... e por não ter rede de apoio, e por eu não acionar uma rede de apoio que eu tinha, mas que eu não acionava, porque eu tinha muito para mim que "não, o filho é meu, eu tenho que dar conta". Entendeu? Então… E aí foi isso.

A sobrecarga de **atividades de gestão,** conforme relatada, comprometeu a saúde mental que diante da implementação abrupta do teletrabalho obrigatório exigiu dos gestores novas demandas na intermediação dessa modalidade de trabalho ainda pouco explorada na literatura, principalmente no que tange ao contexto das instituições públicas; assim, estudos nessa área são recomendados por Pantoja, Andrade e Oliveira (2020). O sofrimento no trabalho expressa a impossibilidade de vivenciar a criatividade necessária para a transformação e apropriação do trabalho, do seu significado, perdendo o sentido e paralisando o sujeito diante da sobrecarga na perda de limites sobrepondo as atividades do trabalho e do lar. (DEJOURS, 2008).

Citada por SUJ10, a **rede de apoio,** para Araújo e Lua (2021), representa recurso social de importante suporte à pressão e sobrecarga de trabalho na sobreposição do trabalho com a casa, o que é compartilhado por SUJ06:

> [...] agora tem dia também sendo reunião, orientando monte de gente, com criança em casa, tem hora que tem que pedir socorro da mãe, da sogra. Para mim, porque tem hora que você tem que cumprir ali a meta, e não tem para onde fugir muito.

Acionar a rede de apoio mobilizando apoio social está ligado a diminuir a tensão psicológica, de acordo com Ribeiro (2021). Outro agravante para a saúde mental, o **estigma** do teletrabalho, aparece na narrativa de SUJ06:

> Olha, o mal-estar que eu tive é meu marido achar que eu não estou fazendo nada. Isso eu senti, meio que ele desmerecendo a minha atividade. É, isso aí, foi uma coisa que eu fiquei bem chateada... Aí ele perguntava: "aí, amanhã você vai para (instituição)?", tipo: "amanhã você trabalha, aí depois em casa, né?" Eu virei para ele assim: "Olha, eu trabalho de segunda a sexta. Não importa se é em casa ou na (instituição), eu estou trabalhando...

Assim como no relato de SUJ02, Araújo e Lua (2021) descrevem a estigmatização social do teletrabalho como desvantagem do teletrabalho, que transfere o trabalho para a casa e impacta o

convívio com a família e os vizinhos quando consideram o teletrabalhador desocupado pelo tempo excessivo em casa.

Portanto, para os participantes da pesquisa, as influências do teletrabalho impactaram negativamente a saúde mental na percepção de mal-estar, estresse, impaciência e grave adoecimento diante da sobreposição de papéis entre o trabalho e a casa agravada pelas questões de gênero, presença de filhos, atividades de gestão, falta de apoio das redes e estigma do teletrabalho.

Destaca-se que, para Bjursell, Bergmo-Prvulovic e Hedegaard (2021), a relação entre trabalho e família manifesta-se tanto de forma negativa quanto positiva; no entanto, nesta pesquisa, a relação entre trabalho e família manifestou-se de forma negativa na saúde mental durante o teletrabalho na pandemia considerando a sobrecarga na sobreposição de papéis entre o trabalho e a casa.

- ***Falta de interação social***

No decorrer do teletrabalho, a falta de interação social advinda do isolamento social e do sentimento de solidão impactaram a saúde mental dos participantes como SUJ14:

> Com certeza, influencia totalmente a saúde mental, foi difícil, complicado ficar longe do trabalho, a distância o isolamento, não conseguir conviver com os colegas de trabalho, ter aquela troca, compartilhar, foi muito ruim. Eu fiquei mal, me senti mal com a ausência do contato presencial, aquela conversa no cafezinho, as soluções que apareciam espontaneamente, um elogio pelo visual, pelo sapato...

A falta do convívio, das interações casuais, para Araújo e Lua (2021), interfere no desempenho e desvantagem do teletrabalho, fragiliza o coletivo e afeta a luta por direitos, como na narrativa de SUJ14:

> O coletivo faz falta, você não tem um coletivo no teletrabalho, é só você, muito ruim, deixa a gente muito fragilizado pra lutar pelo que quer porque a gente tá sozinho... (SUJ14).

Para Antunes (2020) a falta de mobilização fragiliza, prejudicando a reivindicação de causas coletivas e, de acordo com Bjursell, Bergmo-Prvulovic e Hedegaard (2021), a impossibilidade de interações presenciais dificulta o desenvolvimento de habilidades e competências formadas no interpessoal marcando a relevância do ambiente de trabalho conforme Sousa-Uva *et al.* (2021) e destacado por SUJ14:

> É, teve mudança, eu acho que a gente se reinventou mesmo, ter que ficar em casa e aprender a trabalhar no teletrabalho foi diferente do presencial, não tinha os colegas de trabalho e isso foi muito ruim para minha saúde mental, não contar com os colegas, com o ambiente de trabalho, o

> convívio, eu achei ruim porque tenho uma boa relação com meu trabalho então colaborou com minha ansiedade e dificultou o meu processo de aprendizagem com a perda da troca e das possíveis soluções para os problemas de trabalho e também pessoais. Uma coisa que eu resolveria rapidinho no trabalho, no teletrabalho levo muito mais tempo.

Esse contato social, para Gaulejac (2014) constitui-se mecanismo de formação da identidade de modo que a impossibilidade de convívio afeta essa estrutura de identidade, pertencimento e reconhecimento, como declarado por SUJ14:

> [...] agora acho que a maneira que me afetou foi que o trabalho faz parte de mim, a (instituição) faz parte do meu ser, ela constitui minha vida, minha identidade, faz parte da minha história de vida, é como eu disse, como se fosse uma mãe pra mim porque ela me dá condições de cuidar de mim e da minha família, me acolheu, passava mais tempo na (instituição) do que na minha casa (SUJ14).
>
> [...] e ainda tem a questão do pertencimento, pertencer ao ambiente, ao grupo pra daí formar um coletivo que pode discutir coisas importantes do ambiente de trabalho. Eu acho que esse pertencimento ao grupo precisa do presencial pra realmente acontecer. É a minha percepção... falta de pertencimento do trabalhador e até do reconhecimento porque se precisa do outro para ser reconhecido e se distancia do outro então interfere no reconhecimento do trabalhador que é importante para a identidade (SUJ14).

O isolamento afetou a saúde mental expressando a importância da instituição como parte de sua identidade, constituindo sua história de vida como uma mãe, semelhante `a influência do sistema social familiar para a formação do processo subjetivo como organizador psíquico do eu familiar, segundo Eiguer (1989), a partir da constituição da pertença e da defesa do habitat interior na gratidão à instituição; considerando Pagés *et al.* (1993), o ego enfraquecido diante da organização considerada mais forte e compensadora reconhecida na remuneração e no status dispondo de mais tempo no trabalho do que na família.

O processo de pertencimento faz parte da estrutura de formação do sujeito, de reconhecer-se e ser reconhecido conforme uma dupla determinação psíquica e social, produto de sua história de vida, constituído por fatores intrapsíquicos da personalidade e sócio-históricos de socialização, e, conforme Gaulejac (2014), segundo a psicossociologia do trabalho, também na dificuldade de separação da identidade pessoal da social por sua formação inerentemente psicossocial. Sendo assim, o sentimento de equipe, de pertencimento ao grupo, na medida em que necessita do outro para ser reconhecido como parte de um coletivo que lhe preexiste e fornece espaço na estrutura social, fica enfraquecido por causa da distância, o que interfere no sentido de seu trabalho e de si mesmo.

O sofrimento narrado por SUJ14 reflete, portanto, o isolamento durante o teletrabalho:

> [...] a solidão com o isolamento vem a depressão, as crises depressivas e a ideação suicida pode acontecer. Eu fiquei mal, tive uma crise de ansiedade que achei que ia morrer, faltou o ar, o

> coração pareceu que... o coração, pareceu que estava tendo um infarto, foi horrível e era tudo emocional, tudo saúde mental abalada pelo contexto (SUJ14).

Destaca-se, neste sentido, de acordo com Dejours (2008), o reforço ao individualismo revelando-se enquanto espaço de adoecimento inscrito no processo de não reconhecimento, sem gratificação na realização da construção da identidade social e impossibilitando a transformação das vivências de sofrimento para as vivências de prazer diante da solidão. Segundo a literatura, a falta de interação social pelo isolamento e sentimento de solidão é reconhecida como desvantagem do teletrabalho. (BJURSELL; BERGMO-PRVULOVIC; HEDEGAARD, 2021; BRUNELLE; FORTIN, 2021; FUKUSHIMA *et al*., 2021; NAGATA *et al.,* 2021; SCHMITT; BREUERBB; WULFC, 2021).

Influência negativa e influência positiva

O teletrabalho influenciou de forma ambígua a saúde mental de alguns participantes da pesquisa de forma tanto negativa quanto positiva, considerando-se a adaptação organizacional, a utilização das TICs e a fuga de conflitos, como o apresentado no estudo de Falcão e Santos (2021) e Shirmohammadi e Beige (2022) refletindo a complexidade do tema diante da dialética de percepções negativas e positivas para a saúde mental.

- ***Adaptação organizacional***

A experiência influenciou a saúde mental em dois momentos:

> Com certeza... É.... Tanto para bom quanto para ruim, porque no primeiro momento foi bem estressante porque não tinha hora, né. No primeiro momento, como era aquela coisa do nada, começou o trabalho remoto então a gente teve que se adaptar, teve que fazer de algum jeito...Não sabia nada do negócio basicamente... (e o segundo momento) Já foi melhor... as coisas ficaram melhor divididas. Eu comecei a colocar mais limites também ao horário de trabalho, a definir melhor essas situações. Eu fui me adaptando também melhor, né, às coisas que estavam acontecendo. Então... foi melhorando nesse sentido... (sentindo) menos ansioso, menos estressado. É.... mais motivado também para trabalhar (SUJ15).

O primeiro momento foi descrito como negativo, com ansiedade e estresse, e o segundo momento como positivo, mais adaptado, com menos ansiedade e estresse. Esse mesmo processo de adaptação organizacional foi encontrado em Falcão e Santos (2021), tendo em vista a necessidade de adaptação dos trabalhadores diante da intempestividade do teletrabalho na incerteza da pandemia, mobilizando recursos dos trabalhadores e de forma semelhante ao estudo de Baccili e Cruz (2021),

ocorrido inicialmente com a adaptação ao trabalho e seguido de outro momento percebido como positivo para a qualidade de vida dos trabalhadores. Esses recursos adaptativos estimulam a criatividade e a inovação na aquisição de habilidades técnicas (SCHMITT; BREUERBB; WULFC, 2021).

- ***Utilização das TICs***

A dupla influência com a utilização das tecnologias de informação e comunicação na saúde mental identifica-se na narrativa de SUJ13:

> Eu acho que foi, ele teve um duplo assim....acho que por um lado estar mais próximo da minha família, me deu muita segurança, né?...eu fiquei no começo organizando a logística dos cuidados então isso me deu mais tranquilidade mas por outro lado, eu acho que... que o meio de contato que você tinha com as pessoas que é o celular, o computador, se tornou um meio de trabalho e você passa...E aí isso acaba distanciando a gente das pessoas que a gente gosta...Então, tanto para fazer contato com as pessoas do seu meio pessoal quanto de trabalho. Então, eu acho que ele foi ambíguo nesse sentido.... Então é isso, é meio ambíguo.

O uso das TICs, apontado por Belzunegui-Eraso e Erro-Garcés (2020) como recurso para o teletrabalho propiciou a aproximação das pessoas tendo em vista a segurança e a tranquilidade com o isolamento social, mas a utilização em excesso das TICs para o trabalho e para a vida pessoal acarretou a sobrecarga biopsicossocial estudada por Schmitt, Breuerbb e Wulfc (2021, p. 22) pela sobrecarga cognitiva entendida como sobrecarga de informação, sobrecarga de comunicação ou sobrecarga social ocasionando a perda de bem-estar, de controle e agravando os sintomas depressivos e o estresse ou tecnoestresse (SHIRMOHAMMADI; BEIGE, 2022). No que tange ao acesso à tecnologia, Sârbu *et al.* (2021) sinalizam que o teletrabalho pode gerar inclusão social, ou exclusão social quando se trata dos economicamente vulneráveis, sem acesso a recursos, equipamentos e habilidade e sem a formação necessária e recorrente para utilizá-los.

- ***Fuga de conflitos***

A fuga diante das experiências de teletrabalho impactou a saúde mental de forma ambígua e oposta: negativa para alguns, configurando a fuga de conflitos familiares, e positiva para outros, diante da fuga de conflitos no ambiente de trabalho.

De acordo com SUJ11, a fuga de conflito familiar marcou negativamente a influência do teletrabalho na sua saúde mental:

> E aí veio casar com uma situação pessoal também, né? Do divórcio, separação, e eu acho que acumulou tudo isso, porque o trabalho acabou também sendo meio que uma fuga, né. Então eu comecei a me dedicar muito à coisa do trabalho e depois eu vi que isso foi um problema, não é? Demorou, e também observar que esse trabalho estava se tornando uma fuga, até porque ele estava muito mais próximo de mim, estava dentro da minha casa, não precisava sair para poder acessá-lo, né? E… É, eu te dizer como eu me senti. Tem hora que eu me senti louca. A esse modo remoto, eu não estava mais dando conta. Isso me deu um pouco de pane, também. Então eu acho que eu cheguei a adoecer.

A acessibilidade ao teletrabalho instalou um processo de adoecimento como recurso de fuga para um problema na vida pessoal, absorvendo e consumindo outras dimensões da vida, conforme apresentado por Pagés *et al.* (1993) diante da instituição provedora, fonte de desejos na introjeção, assumindo o controle e invadindo o sujeito que foge para evitar o conflito.

Segundo a experiência de SUJ03, o teletrabalho impactou positivamente a saúde mental como forma de fuga de conflitos no trabalho:

> É…eu tinha problemas no trabalho de relacionamento, já, isso antes da pandemia. Aliás, essa ação, que a pandemia deu até uma salvaçãozinha pequena, porque eu tinha brigado feio com meus colegas de trabalho, e aí logo em seguida, entrou na pandemia, né? Para mim, era um estresse, tem que ir todos os dias, de segunda a sexta, de 8 às 18. Deixei de ter aquele estresse, então foi, fez bem pra minha saúde mental... (SUJ03)

O teletrabalho representou a fuga, a esquiva de problema no ambiente de trabalho diante de um desentendimento proporcionada pela distância do trabalho presencial, o que favoreceu a saúde mental e caracterizou, segundo Mendes (2007), a evitação do sofrimento, desejo mantido pelo trabalhador diante das exigências das relações de trabalho em busca do prazer e da saúde no trabalho. A autora destaca que os princípios da flexibilização podem vulnerabilizar o trabalhador no isolamento, projetando-o mais ao desejo de produção e a estratégias defensivas para evitar o sofrimento do que ao confronto para mudanças. Ressalta-se que, para Sârbu *et al.,* (2021), algumas vantagens são consideradas como desvantagens para alguns autores de forma que alguns fatores podem provocar reações positivas e negativas (BJURSELL; BERGMO-PRVULOVIC; HEDEGAARD, 2021), destacando a dialética de Falcão e Santos (2021) que ressaltam a complexidade acerca da temática e a necessidade de aprofundamento de estudos e pesquisas assim compreendido por Pantoja, Andrade e Oliveira (2020) e Alencar *et al*. (2023) que enfatizam a necessidade de cuidados para a saúde do teletrabalhador, bem como de ações de reestruturação e acolhimento no ambiente de trabalho pós-pandemia (SANTOS *et al*., 2024).

Influência positiva

Uma parcela menor de participantes da pesquisa considerou que o teletrabalho influenciou sua saúde mental de forma positiva durante a pandemia quanto às condições de trabalho:

> Acho que influenciou. Agora, tudo bem que eu moro num apartamento que é grande, então eu tenho esse espaço aqui. Eu acho que algumas pessoas não têm esse espaço, a minha internet é bastante razoável. Eu entendo também que muitas pessoas não têm essa qualidade de internet, mas nem a (instituição) tem, né? Cá entre nós, é… Então eu acho que nem todo mundo teve essa experiência, mas para mim foi bom. É bom. Eu gosto do teletrabalho... (SUJ09).
>
> Ah... o conforto da minha casa. Não fico em um ambiente insalubre. Antes da pandemia era (inseto) pra tudo quanto é lado aqui. Agora deu uma melhorada, mas outro dia tinha um (animal) por aqui. Então, sim, sabe, são coisas que... então... na minha casa não tem isso. É tudo limpo. É tudo organizado. Eu sei onde estão as coisas. É... Enfim... Eu tenho um computador que funciona. Não demora 30 milhões de anos para carregar, para abrir um arquivo. É.... é menos estressante (SUJ15).

O ambiente de casa foi considerado mais adequado que o da instituição, de forma que as condições de trabalho no teletrabalho, entendidas por Mendes (2007) como o ambiente físico, os materiais e equipamentos além do local de trabalho caracterizam o contexto do trabalho remoto e repercutem na saúde mental positivamente. Inversamente, no trabalho de Petcu *et al*. (2021), as condições de trabalho no teletrabalho foram consideradas inadequadas, o que impactou a satisfação quanto ao trabalho.

Destaca-se que a flexibilidade do trabalho, apresentada por Araújo e Lua (2021) como a característica do teletrabalho que traz a possibilidade de se trabalhar onde, como e quando o trabalhador definir, foi caracterizada pelos participantes como sendo positiva para a saúde mental durante a pandemia considerando-se a gestão do tempo, a compatibilidade com o teletrabalho, a mudança de perspectiva de gestão e o direito ao teletrabalho:

> O tempo que você poderia estar se deslocando, você está na sua casa e você pode estar se dedicando a alguma outra coisa. Então, nesse sentido, acho que contribuiu... Ah sim, de forma positiva. Com mais satisfação, com mais motivação, com mais disciplina (SUJ04)
>
> O trabalho trouxe bem-estar pra mim, não trouxe sofrimento. Eu acho que está relacionado também é o meu cargo, né? Então acho que meu cargo (contador) permite que a gente tenha esse lado positivo, e acredito que outros colegas não tiveram essa mesma oportunidade de ter um lado positivo na questão de saúde mental no trabalho. O meu cargo também é uma variável que influencia (SUJ04).
>
> Te propicia um empoderamento, digamos assim, fantástico, né? Mas eu não sei se algumas instituições no Brasil estão preparadas para abrirem mão desse poder sobre o outro, porque aí tem todo um poder, né? A questão do poder, do sadismo, né? De que "ah, mas aí eu não vejo você ali sofrendo, né?" Na verdade, as pessoas não estão sofrendo, as pessoas estão trabalhando e quando não tem nada para fazer, elas vão dormir, elas vão no mercado, elas vão tocar a vida, né? (SUJ09).

> Ai para mim, representou a possibilidade de poder trabalhar em qualquer lugar do mundo... O trabalho? Ah, para mim é fundamental. Ele é fundamental (SUJ09).

A gestão do tempo na narrativa representa menos tempo gasto com o deslocamento no teletrabalho contribuindo para o bem-estar e para o tempo adicional destinado a outras atividades (BJURSELL; BERGMO-PRVULOVIC; HEDEGAARD, 2021; PETCU *et al*., 2021). A relação com a gestão do tempo propicia a liberdade que age positivamente na saúde mental, segundo Nagata *et al.* (2021), e a necessidade psicológica de autonomia entendida como vantagem do teletrabalho (BRUNELLE; FORTIN, 2021; PENSAR; HOUSI; 2023).

A compatibilidade com o teletrabalho é avaliada para a implementação do teletrabalho. Belzunegui-Eraso e Erro-Garcés (2020, p. 4) apontam a preferência das "profissões intelectuais", a exemplo do relatado, considerando que algumas categorias não são compatíveis com o teletrabalho.

A mudança de perspectiva de gestão decorre do teletrabalho no empoderamento, conforme declarado diante da possibilidade de compartilhar e descentralizar o poder delineado pelo sadismo em um modelo de gestão punitivo, cultural, tradicional e disciplinar que normaliza o sofrimento (GAULEJAC, 2007). Nesse sentido, Belzunegui-Eraso e Erro-Garcés (2020) apontam a existência de culturas de trabalho que insistem na manutenção do trabalho às custas da saúde dos trabalhadores. Desta forma, a lógica econômica avança sobre o sentido do trabalho sobrepondo o econômico e mercantilizando o sujeito (GAULEJAC, 2007).

O teletrabalho como direito na narrativa considerando a viabilidade de trabalhar em qualquer local ressalta a centralidade do trabalho (DEJOURS, 2008) e destaca-se em Parmegiane (2020) enquanto direito fundamental que, quando violado, traz dano existencial ao sujeito o que reflete sua relevância social (VIEIRA; NASCIMENTO, 2021).

Para ilustrar os resultados, a nuvem de palavras a seguir (Figura 1) apresenta as palavras mais utilizadas pelos entrevistados em seus relatos:

Figura 1 – Nuvem de palavras - Resultados



Fonte: Elaborada própria.

A nuvem de palavras ilustra a representação frequente nas narrativas apresentadas sobre as influências do teletrabalho para a saúde mental durante a pandemia como: “mim”, “casa”, “pandemia”, “teletrabalho”, “saúde”, “mental”, “ambiente”, “difícil”, “presencial”, “melhor”, “senti”, “falta”, “vida”. Assim, cada palavra corresponde às experiências dos servidores (mim) em trabalhar de casa, durante a pandemia da Covid-19 com a implementação do teletrabalho compulsório. Isso refleti a questão na saúde mental dos servidores considerando o ambiente presencial difícil como uma medida de segurança para impedir a propagação do coronavírus diante da melhor estratégia de defesa da vida. Dessa forma, diminuiu-se o sentimento (senti) de falta decorrente da ausência das atividades do trabalho garantindo, dessa forma, a continuidade do trabalho e da vida. O estudo resume a preocupação refletida na influência negativa do teletrabalho na saúde mental apresentada nesse contexto e a necessidade de cuidado. (ALENCAR *et al.,* 2023)

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir deste artigo observa-se que a definição de saúde mental para os participantes da pesquisa compreende uma perspectiva positiva de bem-estar, equilíbrio, suporte social complementar à ausência de saúde mental e semelhante à definição da OMS. No entanto, avança apropriando-se de sua compreensão ao refletir sobre sua vivência. Dessa forma, a partir do conceito de saúde mental e da pandemia enquanto fenômeno social intrínseco ao teletrabalho, conforme demonstrado neste estudo, o teletrabalho influenciou negativamente a maioria das vivências dos participantes na falta de planejamento, na sobrecarga do trabalho e da casa e na falta de interação social no isolamento, o que se refletiu na ansiedade, depressão, solidão e angústia com grave adoecimento.

Para outro grupo de participantes, a influência ambígua foi percebida enquanto positiva e negativa diante da adaptação, da utilização das TICs e da fuga de conflitos repercutindo na ansiedade, estresse e adoecimento, ou ânimo e tranquilidade, assim como na redução do estresse e da ansiedade. E para um grupo menor de participantes a experiência influenciou positivamente a saúde mental pois considerou-se que as condições de trabalho promoveram bem-estar, descanso, concentração, reduziram o estresse, favoreceram a satisfação, a motivação, a liberdade, a autonomia e o empoderamento.

Evidencia-se, nesses resultados, a predominante relação negativa para a saúde mental do teletrabalho compulsório repercutido na sobrecarga de trabalho e no isolamento mas, no entanto, sinaliza como potencial positivo para a saúde mental diante da possibilidade de promover o bem-estar demonstrando a complexidade do tema a ser considerado pelos gestores públicos. Ressalta-se, no entanto, o prejuízo à saúde mental dos teletrabalhadores obrigados a manter suas atividades de trabalho

durante o contexto de pandemia. Esse prejuízo apontado em outras pesquisas, reforça a importância do estudo frente à preocupação de seus efeitos, ou seja, a relevância social de cuidados desses teletrabalhadores.

O presente estudo contribuiu ao apresentar a narrativa dos participantes que manifestaram suas experiências, vivências e percepções a respeito do teletrabalho. Assim, amplia a discussão com base na abordagem qualitativa, considerando a prevalência de trabalhos internacionais e quantitativos e a escassez de pesquisas qualitativas no que tange ao fenômeno do teletrabalho articulado à saúde mental e no contexto do setor público. Aprofundada pela abordagem, a pesquisa abarca a singularidade das experiências dos participantes, favorecendo o debate do tema na implementação de políticas públicas inclusivas perante a abrangência de seu alcance caracterizado como visto, por sua complexidade como desafio da gestão.

A limitação deste estudo abarca a transversalidade de sua realização por não acompanhar mudanças de posicionamentos e a impossibilidade de generalização da abordagem qualitativa, considerando-se a abrangência de sua representatividade. Como agenda de pesquisas futuras, os estudos sobre gestão pública, saúde mental, inclusão e teletrabalho requerem um maior aprofundamento, bem como a relação entre o teletrabalho e a fuga de ambientes de trabalho tóxicos merece análises mais cuidadosas e maiores investimentos em pesquisas, principalmente no que tange ao setor público.

REFERÊNCIAS

ALBRO, M.; MCELFRESHB, J. M. ‘Job engagement and employee-organization relationship among academic librarians in a modified work environment”. **The Journal of Academic Librarianship**, vol. 47, n. 5, 2021.

ALENCAR, M. C. B. *et al*. “O teletrabalho durante a pandemia de Covid-19 e a saúde dos funcionários universitários”. **Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento**, vol. 1, 2023.

ANTUNES, E. D.; FISCHER, F. M. “A justiça não pode parar?! Os impactos da COVID-19 na trajetória da política de teletrabalho do Judiciário Federal”. **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**, vol. 45, n. 38, 2020.

ANTUNES, R. A. **Adeus ao trabalho?**: ensaio sobre as metamorfoses e a centralidade do mundo do trabalho. São Paulo: Editora Cortez, 2015.

ANTUNES. R. A. **Coronavírus**: o trabalho sob fogo cruzado. São Paulo: Editora Boitempo, 2020.

ARAÚJO, T. M.; LUA, I. “O trabalho mudou-se para casa: trabalho remoto no contexto da pandemia de COVID-19”. **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**, vol. 46, n. 27, 2021.

BACCILI, S.; CRUZ, N. J. T. "Virtualização do trabalho durante a Pandemia do COVID-19: Avaliação da experiência dos servidores de uma Instituição Federal de Ensino Superior". **Navus: Revista de Gestão e Tecnologia**, vol. 11, 2021.

BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. São Paulo: Editora Edições 70, 2011.

BELZUNEGUI-ERASO, A.; ERRO-GARCÉS, A. "Teleworking in the Context of the Covid19 Crisis". **Sustainability**, vol. 12, n. 9, 2020.

BENETON, E. R.; SCHMITT, M.; ANDRETTA, I. "Sintomas de depressão, ansiedade e estresse e uso de drogas em universitários da área da saúde". **Revista da SPAGESP**, vol. 22, n. 1, 2021.

BJURSELL, C.; BERGMO-PRVULOVIC, I.; HEDEGAARD, J. "Telework and Lifelong Learning". **Frontiers in Sociology**, vol. 6, 2021.

BRUNELLE, E.; FORTIN, J. "Distance makes the heart grow fonder: an examination of teleworkers' and office workers' job satisfaction through the lens of self-determination theory". **SAGE Open**, vol. 11, n. 1, 2021.

CASADORE, M. M. "Fatores psicossociais e a complexidade do trabalho: perspectivas da psicossociologia". *In:* SCHMIDT, M. L. G.; CASTRO, M. F.; CASADORE, M. M. (orgs.). **Fatores Psicossociais e o Processo Saúde/Doença no Trabalho**: Aspectos teóricos, metodológicos, interventivos e preventivos. São Paulo: Editora FiloCzar, 2018.

CASADORE, M. M. "Sobre os aspectos clínicos e a complexidade do trabalho: as clínicas do trabalho compreendidas pela perspectiva da Psicossociologia". **Cadernos de Psicologia Social do Trabalho**, vol. 19, n. 2, 2016.

CHI, O. H.; SALDAMLI, A.; GURSOY, D. "Impact of the COVID-19 pandemic on management-level hotel employees' work behaviors: Moderating effects of working-fromhome". **International Journal of Hospitality Management**, vol. 98, 2021.

COSENZA, R. M. **Neurociência e Mindfulness**: Meditação, Equilíbrio Emocional e Redução do Estresse. Porto Alegre: Editora Artmed, 2021.

CRESWELL, J. W. **Projeto de Pesquisa**: Métodos qualitativos, quantitativos e misto. São Paulo: Editora Artmed, 2017.

DEJOURS, C. "Addendum: Da psicopatologia à psicodinâmica do trabalho". *In:* LANCMAN, S.; SZNELWAR, L. (orgs.). **Christophe Dejours**: Da psicopatologia à psicodinâmica do trabalho. Rio de Janeiro: Fiocruz, 2008.

DEJOURS, C. **A loucura do trabalho**: estudo de psicopatologia do trabalho. São Paulo: Editora Cortez, 1992.

EIGUER, A. **Um divã para a família**: do modelo grupal à terapia familiar psicanalítica. Porto Alegre: Editora Artes Médicas, 1989.

FALCÃO, P. P. H. L.; SANTOS, M. F. S. "O Home office na pandemia do Covid 19 e os impactos na saúde mental". **Revista Brasileira de Psicoterapia**, vol. 23, n. 2, 2021.

FUKUSHIMA, N. *et al.* "Associations of working from home with occupational physical activity and sedentary behavior under the COVID-19 pandemic". **Journal of occupational health**, vol. 63, n. 1, 2021.

GAINO, L. V. *et al.* "O conceito de saúde mental para profissionais de saúde: um estudo transversal e qualitativo". **Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas**, vol. 14, n. 2, 2018.

GAULEJAC, V. **A Neurose de Classe**: Trajetória social e conflitos de identidade. São Paulo: São Paulo: Editora Via Lettera, 2014.

GAULEJAC, V. **Gestão como Doença Social**: Ideologia, poder gerencialista e fragmentação social. Aparecida: Editora Ideias e Letras, 2007.

GORESTEIN, C.; WANG, Y. P.; HUNGERBÜHLER, I. (orgs.). **Instrumentos de avaliação em saúde mental**. Porto Alegre: Editora Artmed, 2015.

HIRSCHLE, A. L. T.; GONDIM, S. M. G. "Estresse e bem-estar no trabalho: uma revisão de literatura". **Ciência e Saúde Coletiva**, vol. 25, n. 7, 2020.

HUNTER, J. *et al.* "A positive concept of health - interviews with patients and practitioners in an integrative medicine clinic". **Complementary Therapies in Clinical Practice**, vol. 19, n. 4, 2013.

KEYES, C. L. M. "Social well-being". **Social Psychology Quarterly**, vol. 61, n. 2, 1998.

LEMOS, A. H.; BARBOSA, A.; MONZATO, P. "Mulheres em home office durante a pandemia da Covid-19 e as configurações do conflito trabalho-família". **Revista de Administração de Empresas**, vol. 60, n. 6, 2020.

MAUSS, M. **Ensaio sobre a dádiva**. Lisboa: Editora Edições 70, 1988.

MENDES, A. M. **Psicodinâmica do trabalho**: teoria, método e pesquisa. São Paulo: Editora Casa do Psicólogo, 2007.

NAGATA, T. *et al.* "Anticipated health effects and proposed countermeasures following the immediate introduction of telework in response to the spread of COVID-19: The findings of a rapid health impact assessment in Japan". **Journal of Occupational Health**, vol. 63, n. 1, 2021.

NILLES, J. "Telecommunications and Organizational Decentralization". **IEEE Transactions on Communications**, vol. 23, n. 10, 1975.

PAGÉS, M. *et al.* **O Poder das Organizações**. São Paulo: Editora Atlas, 1993.

PANTOJA, M. J.; ANDRADE, L. L. S.; OLIVEIRA, M. A. M. "Teletrabalho no setor público: uma revisão sistemática da literatura". **Anais do VII Encontro Brasileiro de Administração Pública**. Brasília: SBAP, 2020.

PARMEGIANE, D. **Dano Existencial**: Análise da jornada excessiva de trabalho e o teletrabalho sob a ótica da dignidade da pessoa humana. Curitiba: Editora CRV, 2020.

PENSAR, H.; ROUSI, R. "The resources to balance: Exploring remote employees' work-life balance through the lens of conservation of resources". **Cogent Business and Management**, vol. 10**,** n. 2, 2023.

PETCU, M. A. *et al.* "Multidimensional Assessment of Job Satisfaction in Telework Conditions. Case Study: Romania in the COVID-19 Pandemic". **Sustainability**, vol. 13, 2021.

RIBEIRO, B. M. S. S. "Saúde Mental e Teletrabalhadores: Revisão Integrativa". **Revista Saúde e Meio Ambiente**, vol. 12, n. 1, 2021.

SANTOS, T. A. *et al*. "Docência em tempos de pandemia: impactos na saúde mental do educador". **Boletim de Conjuntura (BOCA)**, vol. 18, n. 52, 2024.

SÂRBU, M. *et al.* "Teachers' and Professors' Perception of Telework in Romania". **Amfiteatru Economic**, vol. 23, n. 58, 2021.

SCHMITT, J. B.; BREUERBB, J.; WULFC, T. "From cognitive overload to digital detox: Psychological implications of telework during the COVID-19 pandemic". **Computers in Human Behavior**, vol. 124, 2021.

SENHORAS, E. M. "O campo de poder das vacinas na pandemia da Covid-19". **Boletim de Conjuntura (BOCA)**, vol. 6, n. 18, 2021.

SHIRMOHAMMADI, M.; AU, W. C.; BEIGI, M. "Remote work and work-life balance: Lessons learned from the covid-19 pandemic and suggestions for HRD practitioners". **Human Resource Development International**, vol. 25, n. 2, 2022.

SOUSA-UVA, M. *et al*. "Telework during the COVID-19 epidemic in Portugal and determinants of job satisfaction: a cross-sectional study". **BMC Public Health**, vol. 21, n. 1, 2021.

SOUZA, M. *et al.* "O uso do software IRAMUTEQ na análise de dados em pesquisas qualitativas". **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, vol. 52, 2018.

VIEIRA, R. P. B.; NASCIMENTO, F. L. "Pandemia da covid-19 e saúde mental: o trabalhador e a responsabilidade do empregador na modalidade home office". **Boletim de Conjuntura (BOCA)**, vol. 7, n. 20, 2021.

WARR, P. B. **Work, unemployment, and mental health**. Oxford: Oxford Science Publication, 1987.

WHO - World Health Organization. **Mental health**: a state of well-being. New York: WHO, 2014. Disponível em: <www.who.int>. Acesso em: 16/01/2024.

WHO - World Health Organization. **Officials Records of the World Health Organization**. New York: WHO, 1948. Disponível em: <www.who.int>. Acesso em: 16/01/2024.



BOLETIM DE CONJUNTURA (BOCA)

Ano VI | Volume 18 | Nº 53 | Boa Vista |2024

http://www.ioles.com.br/boca

Editor chefe:

Elói Martins Senhoras

Conselho Editorial

Antonio Ozai da Silva, Universidade Estadual de Maringá

Vitor Stuart Gabriel de Pieri, Universidade do Estado do Rio de Janeiro

Charles Pennaforte, Universidade Federal de Pelotas

Elói Martins Senhoras, Universidade Federal de Roraima

Julio Burdman, Universidad de Buenos Aires, Argentina

Patrícia Nasser de Carvalho, Universidade Federal de Minas Gerais

Conselho Científico

Claudete de Castro Silva Vitte, Universidade Estadual de Campinas

Fabiano de Araújo Moreira, Universidade de São Paulo

Flávia Carolina de Resende Fagundes, Universidade Feevale

Hudson do Vale de Oliveira, Instituto Federal de Roraima

Laodicéia Amorim Weersma, Universidade de Fortaleza

Marcos Antônio Fávaro Martins, Universidade Paulista

Marcos Leandro Mondardo, Universidade Federal da Grande Dourados

Reinaldo Miranda de Sá Teles, Universidade de São Paulo

Rozane Pereira Ignácio, Universidade Estadual de Roraima