

Ansiedade, depressão e estresse como efeitos neuropsicológicos da administração do conflito entre o ambiente profissional e pessoal em tempos de trabalho remoto

Anxiety, depression and stress as neuropsychological effects of managing the conflict between the professional and personal environment in times of remote work

Ferrara T^a, Amaro TAC^b

a. Graduando do Curso de Psicologia do Centro Universitário das Faculdades Metropolitanas Unidas – FMU, Brasil

b. Psicóloga, Profa. Dra. Docente do Curso de Psicologia do Centro Universitário das Faculdades Metropolitanas Unidas – FMU, Brasil

RESUMO

Esta pesquisa tem como objetivo principal analisar a literatura disponível e apresentar questionamentos sobre eventuais benefícios e os efeitos neuropsicológicos desdobrados como estresse, depressão e ansiedade, em função do conflito em administrar os aspectos do trabalho e do lar mediante o advento da pandemia de COVID-19. A metodologia desta pesquisa se destaca por formato descritivo, cuja avaliação detalhada é apresentada a partir do delineamento bibliográfico, tendo o tratamento de dados observados de forma qualitativa. Um recorte temporal foi aplicado na pesquisa, considerando o período de 2019 a 2022 e busca nas bases de dados Scientific Eletronic Library Online - Scielo, Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde - Lilacs e Periódicos Eletrônicos em Psicologia - Pepsic. Os resultados evidenciam consideráveis impactos na saúde mental de trabalhadores em *Home Office*, influenciados pela impossibilidade de adaptação e preparo para esta modalidade de trabalho.

Descritores: saúde mental, organização, teletrabalho, literatura de revisão

ABSTRACT

The main objective of this research is to analyze the available literature and present questions about possible benefits and the neuropsychological effects unfolded such as stress, depression and anxiety, due to the conflict in managing aspects of work and home through the advent of the COVID 19 pandemic. The methodology of this research stands out for its descriptive format, whose detailed evaluation is presented from the bibliographic design, with the treatment of data observed in a qualitative way. A time frame is applied to the research, considering the period from 2019 to 2022 and searching the Scientific Electronic Library Online databases - Scielo, Latin American and Caribbean Literature in Health Sciences - Lilacs and Electronic Journals in Psychology - Pepsic. The results show considerable impacts on the mental health of workers in Home Office, influenced by the impossibility of adapting and preparing for this type of work.

Descriptors: mental health, organization, telework, review literature

INTRODUÇÃO

Com o advento da pandemia de COVID-19, que se caracteriza por uma infecção respiratória aguda, com alta taxa de transmissão e provocada pelo vírus Sars-CoV2¹, a qual teve seu

início em meados de março de 2020 e em que as condições de trabalho foram alteradas consideravelmente. A relação das pessoas com a rotina de trabalho necessitou ser adaptada para que a produção e condições socioeconômicas pudessem ter sua continuidade. A utilização do trabalho remoto foi uma alternativa importante para estabelecer a manutenção das atividades profissionais.²

O trabalho remoto é uma prática de atuação profissional, que possibilita ao trabalhador executar suas atividades de qualquer dependência física diferente das instalações da sua empresa, ou seja, é a prestação de serviço realizada a distância, onde o colaborador não precisa estar fisicamente no escritório, podendo trabalhar de sua casa ou de qualquer outra cidade ou até mesmo país.³

Segundo a publicação do IPEA⁴ (Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada), há uma estimativa de que aproximadamente sete (7) milhões de pessoas estejam trabalhando no formato remoto no Brasil. Isso representa mais de 9% dos mais de 80 milhões de trabalhadores que estão em suas ocupações e não afastados.

No estudo da *Gartner Group*⁵, é possível observar a crescente projeção do trabalho remoto, em especial por empresas líderes de seu segmento, que foram obrigadas a se adaptarem neste modelo, e assim, manterem suas operações em funcionamento, e também, a manutenção das posições de trabalho. Este estudo aponta que o percentual de empresas que adotarão a prática do trabalho remoto no período pós-pandemia, estará na ordem 48%. Número consideravelmente maior que os 30% que consideravam o trabalho remoto como uma possibilidade no período pré-pandemia.

Com base nestes estudos, se observa que a prática do trabalho remoto pode ser uma tendência que se aplicará em empresas de diferentes segmentos e portes. Neste contexto, requer atenção especial, principalmente sob o aspecto do formato ao qual este modelo está sendo praticado no âmbito da saúde mental, de médio e longo prazo e, não somente, por ganhos e benefícios aparentemente visíveis no curto prazo, muitas vezes influenciados pela euforia da novidade e das novas possibilidades de trabalho.

Em estudos anteriores, alguns benefícios já eram percebidos com a prática do trabalho remoto, dentre esses o aumento da produtividade, flexibilidade de horário, menor exposição ao trânsito entre outros.⁶

Contudo, a prática do Trabalho Remoto pela imposição da pandemia, também revelou aspectos negativos desta prática. Não houve tempo de preparação para este modelo de trabalho. De um dia para o outro, trabalhadores se viram nesta condição e tiveram de adaptar sua rotina e ambiente doméstico, para realizar suas atividades profissionais, impactando

assim, sua saúde mental, com a manifestação de sintomas depressivos, ansiedade e estresse.⁷

Desta forma, a justificativa dessa pesquisa se concentra na busca pela relação entre os desafios do trabalho remoto no ambiente doméstico, como sendo fator gerador de sofrimentos psíquicos nos indivíduos e, ainda, o comprometimento de sua produtividade profissional e a qualidade de suas relações familiares.

Esta pesquisa tem como objetivo principal avaliar os efeitos neuropsicológicos, desdobrados como estresse, depressão e ansiedade, em função do conflito em administrar os aspectos do trabalho e do lar. E estes, gerados nos indivíduos trabalhadores, em decorrência dos não tão novos modelos de trabalho, mas que foram popularizados de forma mandatária pelo advento da pandemia de COVID-19, conhecidos como Trabalho Remoto, Trabalho Híbrido ou Teletrabalho.

MÉTODO

A metodologia desta pesquisa se destaca por formato descritivo, cuja uma avaliação detalhada é apresentada sob o objeto de estudo, a partir do delineamento bibliográfico, tendo o tratamento de dados observados de forma qualitativa. Um recorte temporal é aplicado na pesquisa, considerando o período de 2019 a 2022 e busca nas bases de dados Scientific Electronic Library Online - SCIELO, Literatura latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde – LILACS e Periódicos Eletrônicos em Psicologia - PEPSIC, com o intuito de dar foco nos referenciais teóricos estudados e publicados no período pandêmico.

Foram considerados como critérios de busca as palavras chaves: Teletrabalho, Trabalho Remoto, *Home Office*, Estresse, Depressão e Ansiedade. Após a obtenção dos resultados, uma tabela de controle foi tabulada, com as seguintes informações: ano publicação, autores e título.

Como critérios de inclusão, foram considerados os artigos que atendessem o recorte temporal de 2019 a 2022 e pesquisas e estudos relacionados tema deste artigo.

Como critérios de exclusão, se considerou descartar pesquisas e estudos com conteúdo similares ou repetidos, sendo que para este último critério, foi realizada a leitura dos resumos de cada pesquisa e estudo localizado, a fim de identificar tais similaridades.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram encontrados 29 artigos e destes 15 considerados para este estudo. Nesta revisão observou-se pontos favoráveis e desfavoráveis a prática do trabalho remoto, tanto pela perspectiva do empregado, como também pela perspectiva da empresa.

A seguir são descritos os resultados encontrados:

Tabela 1 – Bases de dados e artigos selecionados

Base	Quantidade de artigos que atenderam o critério de seleção	% de artigos que atenderam o critério de seleção
Scientific Eletronic Library Online - Scielo	7	47%
Periódicos Eletrônicos em Psicologia - Pepsic	5	33%
Literatura Latino Americana e do Caribe em Ciências da Saúde - Lilacs	3	20%
TOTAL	15	100%

Considerações sobre a tabela 1: observa-se maior incidência de artigos na base Scielo, com representação de 47% dos artigos que atenderam os critérios de seleção. Logo na sequência, se identifica a base Pepsic, com 33% e depois, Lilacs com 20% de incidência.

Tabela 2 – Relação dos artigos selecionados

Ano	Base	Título
2020	Scielo	Vantagens e desvantagens do teletrabalho na administração pública: análise das experiências do Serpro e da Receita Federal
2020	Pepsic	COVID-19 e organizações: estratégias de enfrentamento para redução de impactos
2020	Pepsic	A violência contra mulheres, crianças e adolescentes em tempos de pandemia pela COVID-19: panorama, motivações e formas de enfrentamento
2021	Scielo	O futuro do trabalho após a COVID-19: o papel incerto do teletrabalho no domicílio
2021	Scielo	O trabalho mudou-se para casa: trabalho remoto no contexto da pandemia de COVID-19
2021	Pepsic	Repercussões do home office nos contextos do trabalho e da família: revisão integrativa
2021	Scielo	Ansiedade, afeto negativo e estresse de docentes em atividade remota durante a pandemia da Covid-19
2021	Pepsic	Impactos da Pandemia de Covid-19 sobre Profissionais de Gestão de Pessoas
2021	Pepsic	Saúde, home office e trabalho docente: construção compartilhada de estratégias de sobrevivência em tempos de pandemia
2021	Scielo	O teletrabalho na pandemia da covid-19: uma nova armadilha do capital?
2021	Scielo	Condições de trabalho em casa durante a pandemia: uma análise do discurso do sujeito coletivo dos trabalhadores do setor de agências de turismo
2021	Scielo	Trabalho remoto docente e saúde: repercussões das novas exigências em razão da pandemia da Covid-19

2021	Lilacs	O Home office na pandemia do Covid19 e os impactos na saúde mental
2021	Lilacs	O trabalho remoto de enfermeiros docentes em tempos de pandemia
2022	Lilacs	Produção científica sobre a covid-19 na ciência da informação no Brasil: uma pesquisa na Brapci

Considerações sobre a tabela 2: nesta tabela se observa que a maior concentração de artigos localizados foi publicada em 2021, representados por 73% (n= 11) de incidência. 2020 com 20% (n=3) e, por fim, 2022 com 7% (n=1). A seguir são discutidos estes estudos por meio de tópicos: Trabalho remoto como tendência; Considerações sobre saúde mental; Impacto do *Home Office* na saúde mental.

Trabalho remoto como tendência

Um estudo realizado na América Latina, destacado por Benevides⁸, que considerou os países Argentina, Brasil, Chile, Colômbia e México, aponta um aumento de 324% no formato de trabalho remoto, no primeiro semestre de 2020. Contudo, para este mesmo público e período, havia estimativas que apontavam que apenas 21,3% estavam aptos a realizar o trabalho remoto. Isso implica numa forte evidência de que o trabalho remoto foi uma imposição no período pandêmico.

Araujo e Lua⁹ ressaltam que setores e atividades que possuíam algum avanço na maturidade e preparo para o trabalho remoto, tiveram uma adaptação mais favorável neste modelo de trabalho pela imposição da pandemia, mas também consideram que trabalhadores que atuavam em setores que não possuíam qualquer pretensão na adoção do teletrabalho, tiveram um impacto considerável para essa adaptação. Incluindo um misto de sentimentos como angústia e ansiedade, para se adaptarem nessa nova condição de trabalho e conciliar a rotina e o espaço doméstico juntamente com o trabalho.

Considerações sobre a saúde mental

Sabe-se que transtornos de ansiedade e estresse estão presentes no cotidiano da sociedade, influenciado pela natureza da própria pandemia, mas que podem ter sido intensificados por todas as adaptações necessárias para trabalho remoto. Um estudo da UERJ (Universidade Estadual do Rio de Janeiro)¹⁰ revela um aumento de 80% nos casos de ansiedade e estresse, e ainda, os casos de transtorno de depressão mais que dobraram.

Várias são as queixas em relação ao desempenho cognitivo, durante o estado depressivo, como a redução de habilidades da atenção, baixa concentração, dificuldade de memória, comprometimento da tomada de decisão, entre outros.¹¹ O nível de motivação é fortemente afetado em indivíduos com depressão, além de funções cognitivas como atenção e concentração, também prejudicadas em indivíduos depressivos.¹²

Já a caracterização do estresse se manifesta pelo rompimento do equilíbrio do corpo, que demanda energia física, mental e social para ser reestabelecida, provocando sintomas físicos como dores de cabeça, insônia, fadiga e, comprometendo assim, a potencialidade produtiva do indivíduo.¹³

Existe uma correlação entre ansiedade e o medo, como a ação de evitar situações ameaçadoras, mas a ansiedade se difere do medo pela ausência de um estímulo externo para manifestação de tal reação. Porém, a ansiedade passa ser considerada patológica, quando se apresenta de forma desproporcional e exagerada em relação ao estímulo e, compromete o desempenho produtivo do indivíduo.¹⁴

Impacto do *Home Office* na saúde mental

Com a prática do *Home Office*, a rotina de trabalho se conecta com demandas do dia a dia do trabalhador, pois lida necessidades de quem convive em sua casa e que também requer sua atenção, o que muitas vezes, pode ocasionar um considerável custo emocional.¹⁵

Considera-se ainda, que os efeitos negativos desdobrados na saúde mental dos indivíduos, tenha parte de sua origem na condição de isolamento geral da população. Em especial para àqueles que aderiram as práticas do teletrabalho e que mantiveram a rotina de cuidados diários domésticos. Outra condição agravante foi à relação com o aumento da violência doméstica, muito acentuada na condição do período da pandemia, corroborando assim para aumento do estresse e agravo na saúde mental.⁸

Ainda sobre desvantagens avaliadas sobre a prática do *home office* em tempo de pandemia, são revelados por meio de estudos, que há um prejuízo direto rotina diária dos indivíduos com impacto em sua saúde mental.¹⁵

Avaliou-se por meio de um estudo no Estado de São Paulo para empresas do setor público que 29,3% de profissionais em cargos de liderança, afirmam que membros de suas equipes não se adaptaram ao teletrabalho. Este público ainda aponta que 7,1% indicam o aparecimento de doenças de ordem psicológica atribuídas à prática do teletrabalho.¹⁶ A depressão foi uma das consequências apresentadas no estudo como desvantagem neste modelo de trabalho, influenciada pelo isolamento social.¹⁵

No estudo de Troitinho¹⁷, os dados reforçam a avaliação de Filardi¹⁶, pois confirmam que a experiência do trabalho remoto, elevaram os sentimentos de ansiedade, caracterizada por fadiga, preocupação excessiva, indecisão e sentimentos de tristeza, além do estresse percebido e afeto negativo, identificado por sentimentos de angústia, insatisfação e medo.

Sobre os prejuízos psicológicos advindos da pandemia, coadunam os estudos de Felipe¹⁸ com os dados apresentados nos estudos anteriores, pois revelam que episódios de ansiedade foram percebidos por 65% (n=39) dos respondentes. Sobre a percepção de maior irritabilidade, 53,3% (n=32); Episódios de insônia e ganhos de peso, foram relatados por 35% (n=21). E 30% apresentaram maior dificuldade na manutenção do equilíbrio entre família e trabalho.

Nos estudos de Castro¹⁹, foi confirmada a necessidade de atenção à saúde mental dos trabalhadores, pela imposição do *Home Office* devido à pandemia, pois houve uma ruptura de contato físico entre as pessoas que estavam habituadas com esse tipo de interação. Além disso, também se observa nestes colaboradores, alterações de humor e sintomas de estresse, que por sua vez, contribui para o desequilíbrio das organizações.

No contexto acadêmico, onde as atividades escolares também foram adaptadas para o *Home Office*, também foram observados desafios. Nascimento²⁰ acrescenta que a migração repentina da modalidade presencial para remota, impactou de forma significativa a rotina do corpo docente e discente, pois foi mandatária a necessidade de adaptação da linguagem, forma de ensino e aprendizagem, meios tecnológicos de comunicação e interação, etc. De forma abrupta, os professores tiveram de abrir mão de suas habilidades e competências de ensino para se adequarem a este novo modelo. Todos estes aspectos, considerados como fatores geradores de ansiedade e estresse.

A pesquisa de Pinho²¹ contou com 1.444 docentes estudados e confirma os dados observados por Nascimento²⁰, pois 81,7% indicaram utilizar ferramentas tecnológicas de comunicação impostas pelas instituições de ensino, contudo, destes, apenas 10,6% relataram se sentir preparados para este uso. Em decorrência disso, 78,0% dos respondentes, relataram sentir algum distúrbio de humor e impaciência. Para 53,7% crise de ansiedade, medo ou pânico foram percebidos.

Ainda no contexto acadêmico e trabalho remoto, os estudos de Araújo²², corroboram ainda mais com os levantamentos de Pinho²¹ e Nascimento²⁰. Dentre o público de docentes enfermeiros que participaram do seu estudo, foram destacadas as dificuldades de adaptação em plataformas digitais de ensino e o desafio em manter alunos engajados no processo de aprendizagem. O estudo ainda aponta que alterações emocionais, como tristeza, angústia, medo, estresse e culpa, foram percebidas pelos participantes, em decorrência das adaptações repentinas na rotina pessoal e trabalho em função do *Home Office*.

O destaque oferecido por Silva²³, que apresenta de forma inédita, a penetração do trabalho na esfera domiciliar pela imposição da pandemia, sem planejamento ou adaptação do ambiente doméstico de forma adequada para o trabalho, está em harmonia com os estudos

de Falcão²⁴, que revelaram a presença dos termos “cansaço” e “ansiedade”, como justificativa para os desafios em conciliar a rotina da casa com o trabalho de forma repentina.

No recorte por gênero, estudos compilados por Marques²⁵, indicam que houve um aumento de 17% nos registros de ocorrência de violência contra mulheres, já no período inicial dos decretos estaduais sobre o isolamento social e início das práticas de *home office*. Este é um dado relevante no tocante ao impacto da saúde física e também mental das mulheres, que foi reforçado pelos levantamentos de Durães²⁶, que sugerem um impacto desigual por gênero, pois os afazeres domésticos e cuidados com filhos permaneceram atribuídos de forma assimétrica às mulheres.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este trabalho propiciou a partir dos estudos analisados a constatação da difícil adaptação das pessoas ao modelo de trabalho remoto compulsório, influenciado pela condição de isolamento imposta pela pandemia. A dificuldade de adaptação perpassa por aspectos de ordem física e ergonômica, mas principalmente de ordem psicológica, em que sujeitos trabalhadores foram expostos a elevados patamares de estresse e ansiedade, já existentes pela própria condição da pandemia por todas as incertezas apresentadas por ela, mas também pelos novos conflitos vivenciados na difícil tarefa de separar o ambiente profissional e pessoal na condição do *Home Office*. Administração tempo, limites e adaptações entre os ambientes físico e doméstico e o isolamento social, estão entre os principais fatores percebidos neste estudo, que influenciaram diretamente a experimentação do estresse e ansiedade nos trabalhadores em *Home Office*. Todos estes fatores, presentes em função da impossibilidade de preparação para esta nova realidade. Observou-se que os efeitos neuropsicológicos manifestados nos trabalhadores em *Home Office*, como o estresse, ansiedade e depressão, impactaram diretamente na capacidade produtiva destes sujeitos. Maior irritabilidade, episódios de insônia e queda da motivação, foram consequências nada favoráveis aos aspectos do desempenho profissional destes trabalhadores, que por sua vez, geram um efeito negativo que se retroalimenta na dinâmica do indivíduo, pois quanto menor seu desempenho produtivo, maior sua insegurança em relação à estabilidade em seu trabalho, e conseqüentemente, novos patamares de estresse e ansiedade são experimentados. Neste sentido, a prática do *Home Office* pode ser observada como uma solução emergencial e provisória, pela impossibilidade de planejamento e condições favoráveis de adaptação. A conclusão que se chega neste estudo, sugere que o ofensor principal na saúde mental dos trabalhadores não se apresenta pela prática do *Home Office* em si, mas sim, pela impossibilidade de planejamento e adaptação para a execução desta prática.

REFERÊNCIAS

1. Ministério da Saúde [Internet]. Brasília; 2021 [última atualização 08 abr 2021; acesso em 13 mai 2022]. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/coronavirus/o-que-e-o-coronavirus>
2. Haubrich DB, Froehlich C. Benefícios e Desafios do Home Office em Empresas de Tecnologia da Informação. REGEC [Internet]. 2020 [acesso em 21 mai 2022];9(1):167-84. Disponível em: <https://periodicos.ufes.br/ppgadm/article/view/27901>
3. Mendes T. Qual a diferença entre trabalho remoto e home office? [Internet]. 2020. [Acesso em: 24 abr.2022]. Disponível em: <https://www.napratica.org.br/qual-a-diferenca-entre-trabalho-remoto-e-home-office>.
4. Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada. Home office concentrou 17,4% do total de rendimentos do trabalho em novembro. [Internet] Brasília; 2021. [acesso em 24 abr 2022]. Disponível em: https://www.ipea.gov.br/portal/index.php?option=com_content&view=article&id=37463&catid=3&Itemid=3.
5. Carvalho CE. Análises sobre os importantes impactos do trabalho remoto para as organizações. [Internet]. São Paulo; 2020. [acesso em 20 mai 2021]. Disponível em: <https://bridgeconsulting.com.br/insights/analise-sobre-os-importantes-impactos-do-trabalho-remoto-para-as-organizacaoes>
6. Brik MS, Brik A. Trabalho portátil: produtividade, economia e qualidade de vida no home office das empresas. Curitiba: Edição do autor, 2013. 118p.
7. Von Randow GLF, Tuler LCMR, Oliveira RTSA. Os desdobramentos do home office durante a pandemia: o novo ambiente de trabalho e suas consequências. In: Noite Acadêmica. 2021 [acesso em 14 mai 2022]; v1. Disponível em: <http://pensaracademico.facig.edu.br/index.php/noiteacademica/article/view/2688/2014>
8. Benavides FG. et al. O futuro do trabalho após a COVID-19: o papel incerto do teletrabalho no domicílio. Revista Brasileira de Saúde Ocupacional [Internet]. 2021 [acesso em 25 mai 2022]; v.46, e31. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/2317-6369000037820>
9. Araújo TM, Lua I. O trabalho mudou-se para casa: trabalho remoto no contexto da pandemia de COVID-19. Revista Brasileira de Saúde Ocupacional [Internet]. 2021 [acessado em 25 mai 2022]; v.46. e27. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/2317-6369000030720>
10. Universidade do Estado do Rio de Janeiro. Pesquisa da UERJ indica aumento de casos de depressão entre brasileiros durante a quarentena. [Internet] Rio de Janeiro; 2020. [acesso em 20 abr 2022]. Disponível em: <https://www.uerj.br/noticia/11028/>
11. Rozenthal M, Laks J, Engelhardt E. Aspectos neuropsicológicos da depressão. Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul [Internet]. 2004 [acessado em 21 mai 2022]; v. 26, n. 2; 204-212. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0101-81082004000200010>.
12. Porto P, Hermolin M, Ventura P. Alterações neuropsicológicas associadas à depressão. Rev. bras. ter. comport. cogn. [Internet]. 2002 [acessado em 24 mai 2022]; 4(1): 63-70 p. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1517-55452002000100007&lng=pt.
13. Silva MST, Torres CROV. Alterações neuropsicológicas do estresse: contribuições da neuropsicologia. Revista Científica Novas Configurações – Diálogos Plurais, Luziânia. [Internet] 2020 [acessado em 21 mai 2022]; v. 1, n.2; 67 – 80 p. Disponível em: <http://www.dialogosplurais.periodikos.com.br/article/doi/10.4322/2675-4177.2020.021>

14. Magrinelli AB. Bases Neurobiológicas da Ansiedade. Revista Científica: Ciências & Cognição. [Internet]. São Paulo; 2014. [acesso em 27 fev 2022]; Disponível em: <http://cienciasecognicao.org/neuroemdebate/arquivos/1942>.
15. Ribeiro MM, Antunes MH. Repercussões do home office nos contextos do trabalho e da família: revisão integrativa. Nova perspect. sist. [Internet]. 2021 [acesso em 22 mai 2022]; v. 30, n. 70;13-28. Disponível em http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-78412021000200003&lng=pt&nrm=iso
16. Filardi F, Castro RMP, Zanini MTF. Vantagens e desvantagens do teletrabalho na administração pública: análise das experiências do Serpro e da Receita Federal. Cadernos EBAPE.BR [Internet]. 2020 [acessado em 17 abr 2020]; v. 18, n. 1;28-46 p. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1679-395174605>
17. Troitinho MCR et al. Ansiedade, afeto negativo e estresse de docentes em atividade remota durante a pandemia da Covid-19. Trabalho, Educação e Saúde [Internet]. 2021 [acessado em 20 mai 2022]; v. 19. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1981-7746-sol00331>
18. Felipe IFR et al. Impactos da Pandemia de Covid-19 sobre Profissionais de Gestão de Pessoas. Rev. Psicol. Saúde. [Internet] 2021 [acessado em 20 mai 2022]; v. 13, n. 2; 211-225 p. Disponível em http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2177-093X2021000200016&lng=pt&nrm=iso
19. Castro BLG et al. COVID-19 e organizações: estratégias de enfrentamento para redução de impactos. Revista Psicologia Organizações e Trabalho. [Internet]. 2020 [acessado em 20 mai 2022] v 3, 1059-1063 p. Disponível em <https://dx.doi.org/10.17652/rpot/2020.3.20821>
20. Nascimento FS et al. Saúde, home office e trabalho docente: construção compartilhada de estratégias de sobrevivência em tempos de pandemia. Revista do NUFEN. [Internet] 2021 [acessado em 20 mai 2022]; v 2, 82-94 p. Disponível em http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2175-25912021000200008&lng=pt&lng=pt
21. Pinho PS et al. Trabalho remoto docente e saúde: repercussões das novas exigências em razão da pandemia da Covid-19. Trabalho, Educação e Saúde. [Internet] 2021 [acessado em 20 mai 2022]; v 19. Disponível em <https://doi.org/10.1590/1981-7746-sol00325>
22. Araújo ARL et al. O trabalho remoto de enfermeiros docentes em tempos de pandemia. [Internet] 2021 [Acessado 21 mai 2022]; v. 25. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ean/a/vMXMRn6hxhby4W7FPKyqmjB/?lang=pt>
23. Silva ICM et al. Condições de trabalho em casa durante a pandemia: uma análise do discurso do sujeito coletivo dos trabalhadores do setor de agências de turismo. Revista Brasileira de Pesquisa em Turismo. [Internet] 2021 [acessado em 21 mai 2022] v 15, n1. Disponível em <https://www.scielo.br/j/rbtur/a/WyRqGpPnCWd4smdjQtTtb7M/?lang=pt>
24. Falcão PPHL, Santos MFS. O Home office na pandemia do Covid19 e os impactos na saúde mental. Revista Brasileira de Psicoterapia. [Internet] 2021 [acessado em 21 mai 2022] v 23, n2. Disponível em <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1353036>
25. Marques ES et al. A violência contra mulheres, crianças e adolescentes em tempos de pandemia pela COVID-19: panorama, motivações e formas de enfrentamento. Cadernos de Saúde Pública [Internet] 2020 [acessado 21 mai 2022] v. 36, n. 4. Disponível em <https://doi.org/10.1590/0102-311X00074420>
26. Durães B et al. O teletrabalho na pandemia da covid-19: uma nova armadilha do capital?. Sociedade e Estado [Internet]. 2021 [acessado 21 mai 2022] v. 36, n. 03, 945-966 p. Disponível em <https://doi.org/10.1590/s0102-6992-202136030005>