

Homeoffice e a saúde mental

**Por Jouberto de Quadros Pessoa Cavalcante. Docente do curso de pós-graduação em Direito do Trabalho da Universidade São Caetano do Sul (USCS).*

Nas últimas décadas, a tecnologia e seus frutos impactaram de forma significativa as relações sociais e econômicas, como também o sistema capitalista e o mundo do trabalho, em vários aspectos, tanto positivos, quanto negativos.

Em relação aos aspectos positivos, no mundo do trabalho, se destacam a automatização de tarefas, e com isso, a redução de tarefas penosas; o maior acesso a informações, a capacitação contínua por meio do e-learning, a melhor inclusão de pessoas com deficiência no mercado de trabalho entre outros.

Por outro lado, as inovações tecnológicas promoveram a ruptura do sistema tradicional de proteção laboral, intensificando o ritmo de trabalho, colocando fim à limitação temporal da jornada de trabalho e permitindo a prestação de serviços longe das instalações das empresas. Sem dúvidas, tais questões nos levam a pensar no teletrabalho, o homeoffice.

Apesar dos aspectos destacados por muitos e da regulamentação do teletrabalho já existente, não se pode deixar de lado as questões relacionadas com a saúde mental do trabalhador. Houve um agravamento de patologias decorrentes da intensificação do trabalho, de uma maior exigência do mercado de trabalho por produtividade e de capacitação que não acompanham a qualidade de vida dos trabalhadores. Entre as principais patologias, estão: o alcoolismo crônico; reações ao stress grave e transtornos de adaptação e stress pós-traumático; neurose profissional; transtorno do ciclo vigília-sono devido a fatores não orgânicos; além da Síndrome do Excesso de Informação, Síndrome de Burnout, Síndrome de FOMO (Fear of missing out), entre outras.

Os problemas de saúde mental são objeto de discussões no âmbito da Organização Mundial da Saúde (OMS) e da própria Organização Internacional do Trabalho (OIT). Em 2022, internacionalmente, estimou-se que cerca de 15% dos adultos em idade ativa vivem com algum transtorno mental e que os dias de trabalho perdidos devido à depressão e à ansiedade custaram à economia global quase um trilhão de dólares.

No Brasil, os problemas de saúde mental já representam um número expressivo de afastamentos previdenciários nesses últimos anos. Em 2023, os transtornos mentais representaram a terceira maior causa e, apenas em 2024, foram quase 100 mil benefícios concedidos em 2024 (CID F41 e F32).

Jouberto de Quadros Pessoa Cavalcante é docente do curso de pós-graduação em Direito do Trabalho da Universidade São Caetano do Sul (USCS). Pós-doutor em Sociologia pela Universidade de São Paulo (2024). Doutor em Direito pela Universidade de São Paulo (2017). Mestre em Integração da América Latina pela USP/PROLAM (2006). Mestre em Direito Político e Econômico pela Universidade Presbiteriana Mackenzie (2003). Autor de diversos livros e artigos jurídicos.

Pós graduação lato sensu da USCS: A USCS está com inscrições abertas para os seus cursos de pós graduação lato sensu, incluindo o curso de Direito do Trabalho. O processo seletivo é composto de inscrição pelo site da Universidade (<https://uscs.edu.br/pos/cursos>), entrega e

análise de documentos e currículo e, dependendo do curso, entrevista com o(a) gestor(a) responsável. Mais informações referentes a cada curso, como matriz curricular, corpo docente, horários e outras questões constam no mesmo link.

Ana Paula Lazari (MTb 46.964)

26/2/25

FOTOS: Divulgação USCS.



Universidade Municipal de São Caetano do Sul

Assessoria de Imprensa

Telefone: 4233-3233

E-mail: imprensa@online.uscs.edu.br

Mais notícias: www.uscs.edu.br

www.facebook.com/uscsoficial

www.instagram.com/uscsoficial