

## **Pesquisa aponta que 58% dos profissionais no Brasil desejam trabalho remoto**

---

Amanda Sakumoto

Há décadas o trabalho remoto é opção para empresas, mas foi com a pandemia da covid-19 a modalidade explodiu. Pesquisa da Microsoft sobre tendências para 2022 mostra que, no Brasil, 58% dos profissionais desejam mudar para trabalho híbrido ou remoto ao longo deste ano. Especialistas em gestão de recursos humanos apontam que a tendência veio para ficar.

Segundo Rosana Valliñas, docente do curso de gestão de RH da USCS (Universidade de São Caetano), o sistema de trabalho home office já se instalou no mercado e a tendência é continuar a se fortalecer. “As empresas têm investido em tecnologia para possibilitar o trabalho remoto de melhor qualidade e, com isso, abrirão mais vagas na modalidade, Já é possível observar que o home office tem se ampliado”, afirma.

O psicólogo clínico organizacional Ricardo Dias de Camargo, professor das disciplinas do curso de Gestão de Pessoas do Centro Paula Souza, em Ribeirão Pires, também avalia que o mercado está em crescimento. “Sim, é uma tendência que se amplia e entra na categoria de benefícios para atração dos trabalhadores. É um diferencial da empresa. Muitas agora optam pelo sistema híbrido também, que divide a semana em alguns dias presencial e outros em sistema remoto”, analisa.

Outra pesquisa, realizada pela Faculdade de Economia, Administração, Contabilidade e Atuária da USP (Universidade de São Paulo), em parceria com a FIA (Fundação Instituto de Administração), indica que, de 2020 para 2021, cerca de 70% dos entrevistados revelaram desejo de seguir em home office mesmo com a retomada das atividades presenciais. Já em 2021 para 2022, esse número chegou a 78%, o que revela que mais profissionais se sentem acostumados com a

rotina de trabalho remoto.

Segundo Rosana, o home office traz benefícios ao trabalhador como mais tempo de descanso, pois não há o deslocamento no trânsito para ir ao trabalho e promove ambiente mais confortável. “Por exemplo, a pessoa faz as refeições em casa, fica mais próxima da família, melhora a qualidade de vida”, afirma a docente. Além dos benefícios ao trabalhador, as empresas diminuíram os gastos com espaços físicos de trabalho, como aluguel, contas de água e luz, aponta a professora.

Dias avalia que os setores que mais ampliaram o sistema de trabalho remoto foram os ligados às áreas de tecnologia e administrativos, como telemarketing, atendimento de e-commerce, estratégia de logística, entre outros. Os setores produtivos foram os que menos aderiram ao sistema.

A farmacêutica Gabriela Esteves da Costa, de 23 anos, moradora de Ribeirão Pires, saiu da área de formação e preferiu um emprego em sistema home office. “Tive de sair da farmácia onde atuava e como trabalhei bastante tempo com atendimento ao público, estava querendo um trabalho remoto para dar uma tranquilizada”, conta.

### **Sistema pede mais organização**

Gabriela conta que sentiu dificuldade no começo, principalmente com relação às distrações como celular e televisão. “Hoje em dia já consigo separar tudo, tenho o espaço em casa para trabalhar, e nos dias de folga deixo para resolver as coisas de casa”, afirma.

Dias orienta que o colaborador em sistema home office precisa ficar atento para manter o rendimento profissional. Separar um espaço da casa somente para o trabalho pode ajudar na concentração e rendimento. “Tenha um espaço mínimo onde seja possível que o trabalho aconteça, onde possa realizar reuniões e ligações. Tenha consciência que, mesmo em casa, quando estiver neste espaço você está ‘em’ e ‘no’ trabalho”, afirma o professor ao reforçar que é preciso comprometimento com as políticas de trabalho da empresa.

Rosana também aponta a necessidade de criar hábitos, que mentalmente organizem e criem disciplina no dia a dia. “Tenha disciplina com os horários e mantenha uma rotina. Acorde, tome café e se arrume como se fosse sair e ir para a empresa. É preciso se preparar para começar o dia. Não fique de pijama”, orienta. “Organize o espaço físico e não misture com atividades da residência, como a

mesa da cozinha, sofá ou cama”, orienta.

### **Cuidados com a saúde**

A docente da USCS também aponta que as empresas devem ajudar na manutenção da saúde do trabalhador, com a promoção de capacitações e orientações sobre postura, intervalos, mesa e material adequado. “A empresa precisa fornecer orientações e um sistema adequado de trabalho, com frequência e ajudar o colaborador a se manter saudável”, explica.

Gabriela tenta evitar que as muitas horas de trabalho sentada prejudiquem a saúde. “Eu levanto com frequência para não sentir dor nas costas. A empresa me enviou o computador para realizar o trabalho, mas para ter mais conforto eu comprei uma cadeira melhor”, conta e dá dicas para quem deseja ingressar no sistema de trabalho. “O mais importante é manter o foco e o conforto que vale muito, então se for começar com home office é interessante se disciplinar e saber separar casa e trabalho”, ensina.

<https://www.reporterdiario.com.br/noticia/3095250/pesquisa-aponta-que-58-dos-profissionais-no-brasil-desejam-trabalho-remoto/>

**Veículo:** Online -> Site -> Site Repórter Diário - Santo André/SP

**Seção:** Trabalho