



Centro Universitário Vale do Salgado

**CENTRO UNIVERSITÁRIO VALE DO SALGADO  
BACHARELADO EM ADMINISTRAÇÃO**

**MARCELO SILVA**

**PANDEMIA DA COVID-19: AS ORGANIZAÇÕES E AS IMPLICAÇÕES À SAÚDE  
MENTAL DOS COLABORADORES**

Icó – CE  
2021.2

MARCELO SILVA

**PANDEMIA DA COVID-19: AS ORGANIZAÇÕES E AS IMPLICAÇÕES À SAÚDE MENTAL DOS COLABORADORES**

Trabalho de conclusão de curso submetido à disciplina de TCC II, do Curso de Bacharelado em Administração do Centro Universitário Vale do Salgado, como requisito para a obtenção do título de graduado em Administração.

Orientador (a): Prof. Ms. José Evandro da Silva Figuerêdo

MARCELO SILVA

**PANDEMIA DA COVID-19: AS ORGANIZAÇÕES E AS IMPLICAÇÕES À SAÚDE MENTAL DOS COLABORADORES**

Trabalho de conclusão de curso aprovado em 07/12/2021, como requisito para a aprovação na disciplina de TCC II, do Curso de Bacharelado em Administração do Centro Universitário Vale do Salgado.

BANCA AVALIADORA:

---

Prof. Ms. José Evandro da Silva Figuerêdo

**Orientador**

---

Prof. Ms. Meury Gardênia lima De Araújo

**Avaliadora 1**

---

Prof. Ms. Núbia De Fátima Costa Oliveira

**Avaliadora 2**

## PANDEMIA DA COVID-19: AS ORGANIZAÇÕES E AS IMPLICAÇÕES À SAÚDE MENTAL DOS COLABORADORES

### RESUMO

Marcelo Silva<sup>1</sup>  
José Evandro Da Silva Figuerêdo<sup>2</sup>

A pandemia do Coronavírus (COVID-19) surgiu trazendo diversos impactos na vida das pessoas e organizações, provocando mudanças nos mais diversos âmbitos, entre eles, o trabalho. Como medida de prevenção ao contágio deste vírus, a Organização Mundial de Saúde orienta o isolamento e distanciamento social como sendo estratégias mais eficazes inicialmente. Com isso as empresas e seus colaboradores precisam ajustar-se a essa nova realidade e utilizar os meios possíveis para manter o funcionamento do trabalho; como a partir do *home office*, um regime de trabalho que diz respeito ao exercício do trabalho em casa. Nesse contexto, buscou-se com esse estudo, analisar os efeitos causados pela pandemia da COVID-19 nas organizações, relacionando a saúde mental dos colaboradores, descrever o impacto da pandemia dentro das organizações e analisar quais cuidados estão sendo tomados neste novo normal de retomada econômica; bem como, conhecer os efeitos que a pandemia causou na economia do país. Para alcançar os objetivos deste trabalho, optou-se por um estudo do tipo revisão narrativa da literatura, buscando artigos e documentos sobre o tema, publicados até o mês de fevereiro de 2021. Para realização da pesquisa foi utilizado como técnica a pesquisa bibliográfica com base em material já publicado “que permite” ao investigador a cobertura de uma gama de fenômenos muito mais ampla do que aquela que poderia pesquisar diretamente. Esse trabalho contribui para a compreensão do assunto e também possibilita reflexões voltadas à realidade do trabalhador nesse cenário. Apontando a necessidade de que mais estudos sobre essa temática sejam realizados, visto que é um contexto social e econômico recente e demanda de aprofundamento no assunto para oferecer uma experiência mais humanizada e flexível para o trabalhador.

**Palavras-Chave:** Covid-19. Economia. Organização. Saúde Mental. Trabalhador.

### ABSTRACT

The Coronavirus pandemic (COVID-19) emerged bringing different impacts on the lives of people and organizations, causing changes in the most diverse areas, including work. As a measure to prevent the spread of this virus, the World Health Organization guides isolation and social distancing as being the most effective strategies initially. With this, companies and their employees need to adjust to this new reality and use the possible means to keep the work functioning; as from the home office, a work regime that concerns the exercise of work at home. In this context, this study sought to analyze the effects caused by the COVID-19 pandemic in organizations, relating the mental health of employees, describe the impact of the pandemic within organizations and analyze what care is being taken in this new normal of resumption economical; as well as knowing the effects that the pandemic had on the country's economy. To achieve the objectives of this work, a study of the narrative literature review type was chosen, seeking articles and documents on the subject, published until February 2021. in previously published material “which allows” the investigator to cover a much broader range of phenomena than he could directly research. This work contributes to the understanding of the subject and also enables reflections focused on the worker's reality in this scenario. Pointing out the need for more studies on this topic to be carried out, as it is a recent social and economic context and demands for a deeper understanding of the subject in order to offer a more humanized and flexible experience for the worker.

**Keywords** Covid-19. Economy. Organization. Mental health. Worker

---

<sup>1</sup> Graduando em Administração pelo Centro Universitário Vale do Salgado – UniVS. marcelosilva@univs.edu.br

<sup>2</sup> Mestre em Desenvolvimento Regional Sustentável – UFCA. Docente e orientando do Centro Universitário Vale do Salgado. joseevandro@univs.edu.br

## 1 INTRODUÇÃO

A pandemia do SARS-CoV-2, conhecida internacionalmente como COVID -19, iniciou-se em Wuhan na China, registrando nas imediações de dezembro do ano de 2019, os primeiros casos, um vírus de alta propagação que rapidamente atravessou diversos continentes, no Brasil registrou-se os primeiros casos em março de 2020, e no corrido mês foram necessários medidas protetivas de contenção do vírus, dentre eles, o isolamento social e o distanciamento social (ARAÚJO et al, 2021).

Em um cenário promíscuo com grandes impactos políticos, econômicos, sociais e culturais, foi necessário repensar um novo modelo de trabalho dentro das organizações, trabalhadoras tanto das esferas públicas, privadas, quanto autônomas tiveram que se adaptar e se reinventar para diminuir o contato dentre eles, sendo uma medida de saúde pública para diminuição dos casos de COVID-19, adquirindo um modelo home office, híbrido, presencial, no qual impactou em um aumento de estresse e ansiedade nos colaboradores (VON RANDOW et al, 2021).

Podendo postular que a saúde mental dos brasileiros em contexto empresarial, muito já tem se discutido o esgotamento emocional, conhecida como Síndrome de Burnout, definida como causadora de esgotamento físico e/ou emocional e estresse no ambiente organizacional, o contexto da pandemia implicou em relevantes impactos para com a saúde mental dos colaboradores intensificando o estresse, ansiedade, cansaço físico e emocional, consequentemente gerando improdutividade (SOUZA; ANDRANDE; CARVALHO, 2021).

Diante do exposto questiona-se: como o ambiente organizacional foi afetado pela pandemia COVID-19, principalmente no que se refere a saúde dos colaboradores? Discutindo o tema, proponha-se apresentar os relevantes fatores de implicações da pandemia na saúde mental envolvendo as organizações.

A relevância deste estudo se dá através das implicações da Covid-19 diante dos desgastes psicológicos gerados na população, principalmente dos profissionais da área empresarial, no qual houve uma colisão significativa na vida destes, gerando improdutividade, aumento no índice de burnout, insegurança, ansiedade dentre outros.

Sendo assim buscamos como objetivo geral analisar os efeitos causados pela pandemia da COVID-19 nas organizações, relacionando a saúde mental dos colaboradores. E como objetivos específicos descrever o impacto da pandemia dentro das organizações e analisar quais cuidados estão sendo tomados neste novo normal de retomada econômica.

Para alcançar os objetivos deste trabalho, optou-se por um estudo do tipo revisão narrativa da literatura, buscando artigos e documentos sobre o tema, publicados até o mês de fevereiro de 2021. Para realização da pesquisa foi utilizado como técnica a pesquisa bibliográfica com base em material já publicado “que permite” ao investigador a cobertura de uma gama de fenômenos muito mais ampla do que aquela que poderia pesquisar diretamente (GIL, 2007, p. 34).

Nesta análise, o método de pesquisa se deu por meio qualitativo, que compreendido por (MINAYO, 2001), é o que se ocupa do nível subjetivo e relacional da realidade social e é tratado por meio da história, do universo, dos significados, dos motivos, das crenças, dos valores e das atitudes dos atores sociais.

O processo de levantamento de material para estudo foi realizado nas seguintes plataformas de pesquisas: SciELO, Google Acadêmico, Revistas, Cadernos Eletrônicos e *sites* governamentais. Para a busca, utilizou-se os seguintes descritores em português: Economia, saúde mental, organização, Covid-19 e Trabalhador.

Os critérios de inclusão foram publicações do ano 2019 e 2021 além das bibliografias clássicas, estar estritos em língua portuguesa e serem publicações que abordassem os impactos causados pela pandemia do novo coronavírus, impactos econômicos gerados pela crise mundial. Para tanto foram excluídos artigos que não abordavam os impactos na saúde mental do colaborador.

## **2 IMPACTO DA COVID-19 NAS ORGANIZAÇÕES**

A globalização que ocorre atualmente implica em reinventar constantemente as formas de relações sociais, econômicas e tecnológicas. Essa necessidade de transformar o mundo através dessas novas configurações propicia o desenvolvimento de novas formas de atuar profissionalmente. Com isso, há a necessidade de o trabalhador buscar a cada dia acompanhar e se adaptar à essas mudanças, se atualizando, desenvolvendo novas habilidades e dominando novas ferramentas. (SANTOS, 2020)

Dentro dessas novas possibilidades de trabalho, está a modalidade *home office*, que diz respeito ao trabalho realizado dentro do próprio lar do trabalhador. Essa, já presente em algumas empresas, ganha espaço por ser uma estratégia de manutenção das atividades trabalhistas. (LOSEKANN; MOURÃO, 2020)

Com o surgimento do novo Coronavírus esse modelo de trabalho tornou-se o mais viável. Mas, ao mesmo tempo que permite o distanciamento social e o não contágio, pode provocar sofrimento e adoecimento ao trabalhador, pois a grande maioria dos profissionais não foram preparados para essa realidade. (NASCIMENTO, CREADO, 2020)

A jornada de trabalho desta modalidade se assemelha ao regime presencial, esta foi uma forma segura de cumprir com as medidas sanitárias para evitar a propagação da pandemia do novo coronavírus. Porém Tuler e Oliveira, (2021) apontam que esta modalidade não é a mais assertiva, muito menos proporciona impactos positivos a saúde do colaborador, os maiores impactos do home office são: sobrecarga nas tarefas de trabalho, surgimentos de patologias emocionais, danos físicos e mentais.

O *home office* já existe desde 1970 e muitas pessoas e organizações já vinham aderindo a essa maneira de funcionamento. Porém, com o surgimento da pandemia acelerou-se a adesão das empresas para que suas atividades não parassem, bem como para garantir a proteção dos seus colaboradores. Inicialmente criticado, visto apenas como uma forma de manter as atividades de forma emergencial, atualmente é tido como essencial, inclusive muitas instituições pretendem torná-lo permanente após a pandemia. (MENDES, HASTENREITER FILHO; TELLECHEA, 2020)

Apesar dos pontos positivos para o trabalho, é importante considerar a pessoa por trás de suas funções, ou seja, a saúde do trabalhador, pois o trabalho invade seu espaço, sua privacidade e interfere consideravelmente em seu bem-estar. Necessidades básicas para a sua saúde mental como sono, alimentação, lazer e descanso, são afetadas, ocasionando em práticas não tão saudáveis. Muitas são as peculiaridades que estão em torno dessa modalidade que podem afetar a produtividade do profissional, entre elas os recursos disponíveis para a realização eficaz de suas funções. (LOSEKANN; MOURÃO, 2020)

Araújo et al. (2021) descrevem uma lista de dificuldades e desafios enfrentados pelos trabalhadores no uso do *home office*, entre eles, problemas com internet, a ausência de recursos necessários, como equipamentos e móveis adequados, ambiente que desfavorece a concentração e administração entre as atividades laborais e as atividades domésticas. Todas essas questões soam como prejudiciais ao bem-estar não só emocional, mas também físico, ocasionando no surgimento de doenças diversas.

A questão de gênero é algo que merece destaque quando se fala de *home office*, pois estudos mostram que as mulheres sofrem mais impactos com essa modalidade de trabalho, devido à sobrecarga de tarefas domésticas atribuídas a figura feminina histórica e culturalmente como por exemplo, cuidar da casa e dos filhos. Dessa forma, tem sido desafiador para mulheres

conseguir equilibrar a vida pessoal e profissional ao mesmo tempo em seus lares. (BRIDI, 2020; SANTOS, 2020)

## 2.1 SAÚDE MENTAL DOS COLABORADORES EM TEMPOS DA PANDEMIA

Como descrito anteriormente em março de 2020, a Organização Mundial de Saúde (OMS) declarou a Covid-19 como uma pandemia, sendo uma infecção respiratória causada pelo Coronavírus da Síndrome Respiratória aguda grave 2 (SARS-CoV-2), atualmente sendo registrada em todos os continentes pela sua alta taxa de transmissibilidade (SCHUCHMANN *et al.*, 2020).

Embora fosse notoriamente previsível que uma pandemia estivesse a ponto de surgir, nenhum de nós iria imaginar que estivéssemos na beira do caos. Então, certamente esse despreparo, contribuiu para a piora da saúde mental de alguns indivíduos, se destacando como um dos grandes problemas do Brasil e do mundo, sofrendo impactos psicológicos e sociais em diferentes níveis de intensidade e gravidade. (FIOCRUZ, 2020)

Até certo ponto, é normal um pouco de ansiedade, preocupação, medo e angústia, afinal estamos lidando com algo invisível que pode estar em qualquer lugar trazendo um perigo eminente, onde a melhor alternativa é o isolamento, distanciamento social e medidas de higiene para a diminuição da propagação do vírus. O problema é que, em muitos casos isso se torna um gatilho para o desenvolvimento de depressão, transtornos de ansiedade, síndrome do pânico, entre outros. (FIOCRUZ, 2020)

Pacientes que foram diagnosticados com COVID-19 ou com suspeita de infecção podem ter emoções intensas e reações comportamentais de raiva, culpa, medo, solidão, ansiedade, insônia, entre outros, podendo evoluir para transtornos como ataques de pânico e estresse pós-traumático, sintomas psicóticos, depressão e suicídio. Especialmente em pacientes que se mantêm em isolamento social, o estresse tende a ser o mais prevalente. (SHIGEMURA *et al.*; 2020)

O isolamento social acaba sendo um dos principais gatilhos para o surgimento do estresse fazendo com que as pessoas percam o direito de ir e vir ocasionando um estado de negação da gravidade da doença, e automaticamente desconsiderando a importância do isolamento por meio de atitudes e comportamentos frente à situação. (BROOKS *et al.*; 2020)

Observa-se, no entanto, mesmo após um ano de pandemia, em 2021 muitas pessoas ainda não entenderam a real gravidade da situação, saindo para as ruas, bares, festividades, entre outros, colocando em risco a vida dos mais vulneráveis.



Notoriamente, aos que cumprem o isolamento, o sentimento de incerteza é gerado em conjunto com sintomas de ansiedade, que podem evoluir a um quadro de depressão, definido por uma mudança imprevista no estilo de vida, promovendo irritabilidade, hábitos alimentares não saudáveis ou perda de apetite, sentimento de culpa e tristeza, e a perda de interesse por realizar atividades e hobbies, que antes eram prazerosos. (ORNELL *et al*; 2020)

Todavia, observa-se que o distanciamento e isolamento social simultâneo de milhões de pessoas causa um impacto ainda maior, levando à hipótese de “pandemia de medo e estresse” (ORNELL *et al*; 2020).

Idosos, crianças, pessoas com doenças crônicas, pessoas em situação de rua, doenças mentais graves ou deficiências e profissionais de saúde são os mais vulneráveis à doença, podendo gerar um desgaste psicológico intenso e prolongado.

O isolamento imposto pela Covid-19, já foi especificado como o “maior experimento psicológico do mundo” Van Hoof (2020), testou milhares de pessoas psicologicamente, retirou entes queridos, fez com que as pessoas sentissem a sensibilidade pela dor do outro, colocou a capacidade de desafio em prática e fez com que as pessoas se reinventassem. Sem dúvidas, foi uma experiência do limite da saúde mental do ser humano.

De acordo com Ornell *et al* (2020), o número de pessoas psicologicamente afetadas pelos efeitos da pandemia é maior que o número de infectados, podendo um terço da população apresentar problemas psicológicos caso não tenham tratamento adequado. Uma reflexão se faz necessária para evitar ou diminuir tais riscos.

Nessa perspectiva, os efeitos causados pela covid-19, estarão presentes por muito tempo ainda na vida das pessoas. São evidentes as dores e os sofrimentos causados pela pandemia, seja pelos que já se foram ou por aqueles que ainda continuam presentes. Contudo, a maneira de lidar com esses impactos, influencia diretamente na saúde mental do indivíduo.

Situações extremamente estressantes podem levar ao desenvolvimento de sofrimento mental em diversos graus e de formas diferentes. Esse sofrimento mental pode ocasionar, ainda, a uma maior quantidade de erros, produtividade diminuída e afastamento desses profissionais dos seus respectivos locais de trabalho.

Nota-se especificamente que profissionais que foram pouco preparados e instruídos para este cenário, são os mais favoráveis para níveis elevados de estresse. Esses impactos comprometem diretamente na tomada de decisão rápida e na interação com os clientes, devido ao grande desgaste físico e emocional (CHERSICK *et al*; 2020).

Paralelo a isso, encontram-se sobre as precárias condições de trabalho, jornadas exaustivas, falta de treinamentos para novos protocolos, carência de materiais de proteção

tornando, assim, um ambiente de trabalho conflituoso afetando diretamente a saúde da equipe, evidenciando o sentimento de impotência devido a circunstância volátil da doença, podendo levar a um maior risco de sintomas de depressão, ansiedade, insônia e angústia. (FILHO *et al.*; 2020)

Nesse contexto, esses profissionais acabam tendo que lidar com questões de aspectos emocionais, apresentando sentimento de culpa, fracasso, impotência e estresse, diretamente relacionado pela sobrecarga de trabalho, do risco de vivenciar o colapso da capacidade assistencial do serviço e o desconhecimento sobre a doença, ou seja, todo o cenário atual da pandemia colabora para o desgaste mental. (SAIDEL *et al.*, 2020)

A partir disto, é necessário criar estratégias de apoio psicológico a estes trabalhadores, possibilitando um espaço de fala e acolhimento. As pressões sobre estes profissionais têm que lidar diariamente acentua a instabilidade da saúde física mental, onde elevados níveis de estresse, ansiedade, insônia e depressão se sobressaem.

## 2.2 RETORNO ECONÔMICO PÓS-PANDEMIA

Mediante o processo de transfiguração da pandemia da Covid-19, a crise econômica instaurada no país dava sinais de alerta ao sistema econômico mundial, visto que, no Brasil o advento desta crise gerou um quadro ainda mais agravante, dado o cenário econômico já vivenciado entre os anos de 2015 e 2017 e a sua recuperação gradual e não total após este período. Com isso posto, os impactos da crise da Covid-19, na economia tanto mundial quanto no país se encontram em degradação. (MATTEI, HEINEN, 2020)

Neste tocante, é apontado pelos autores supracitados, que um dos maiores impactos negativos na economia brasileira é o mercado de trabalho, uma vez que, já se encontrava em degradação desde 2015. Este novo cenário deve indicar uma divergência inabitual entre a queda do Produto Interno Bruto (PIB), bem como, o nível de emprego. Os autores ainda salientem que mesmo que a retomada econômica seja feita de forma incisiva, o ajuste sobre a massa de trabalhadores empregados, propendera ser ainda maior, tanto em função dos cortes de custos que poderão ser feitos pelas empresas, como também, pela função das atividades que foram paralisadas mediante o isolamento social rígido.

Como apontado anteriormente além da crise sanitária, uma das consequências mais agravantes para a população brasileira é o desemprego exacerbado e, portanto, o aumento da informalização do trabalho de terceirizados, subcontratados, flexibilizados, trabalhadores de tempo parcial e do subproletariado. Segundo Costa (2020), os desafios para a reinserção deste

público no mercado de trabalho, é de suma dificuldade, dado o cenário desenfreado que está sendo vivenciado no contexto econômico atual, desta forma, é necessário a criação de redes de proteção social mais efetivas, que possam dar seguimento a vida destes sujeitos de forma humana, como também, dando condições de direitos de equidade para a qualidade de vida.

Mattei, Heinen (2020), apontam que os efeitos da Covid-19 não serão de curta duração, não somente no que tange o número de pessoas afetadas, como também o seguimento empresarial de micro, pequenas e médias empresas, levando a um impacto econômico disfuncional, com isso posto, os autores apontam que as implicações terão consequências maiores do que o previsto inicialmente pelas autoridades sanitárias nacionais, os efeitos econômicos deverão se estender pelos próximos anos.

Mediante os apontamentos anteriores Da silva, De Lima e De Oliveira (2020), aludem que há uma grande dificuldade em se traçar o cenário de recuperação econômica e social, tendo em conta, o controle longínquo do cenário pandêmico, porém é indicado um fator cardeal para a retomada econômica que se caracteriza através da implementação de programas de liquidez como fomento aos seguimentos mais afetados, os autores descrevem este contexto como a gestão adequada de crédito.

Neste tocante a oferta de microcrédito é empregada como ferramenta de política social para oportunizar o acesso de micro, pequenas e médias empresas no sistema financeiro. O microcrédito é uma linha de crédito designada a pequenos empreendedores informais, no qual não possuem garantias de grande escala para acessar o sistema de financiamento nacional, este fundo é destinado ao capital de giro e investimentos produtivos, como forma de dar vazão a crise financeira atual, propiciando a geração de emprego e renda no Brasil. (DA SILVA, DE LIMA E DE OLIVEIRA, 2020)

Mediante ao cenário econômico brasileiro afetado negativamente, é inegável, que se apresenta a ineficiência do mercado em oferecer soluções assertivas à deterioração das condições de vida dos trabalhadores, mediante a este contexto, é de suma importância analisar os principais movimentos mercadológicos de contexto nacional, como também as medidas que estão sendo utilizadas pelo governo atual, para que possa ofertar medidas no mínimo paliativas para dar condições melhores aos autores que compõem o cenário de trabalho no Brasil.

Por conseguinte, após realização da pesquisa através dos periódicos, procurou-se selecionar o conjunto amostral de trabalhos nos critérios de inclusão, após a identificação de 220 estudos, foram aplicados os critérios de exclusão, restando-se 16 trabalhos ao final para composição desta revisão.

Tabela 1. Artigos utilizados frente aos critérios de inclusão

Nº	Autores	Título	Ano	Periódico
01	LOSEKANN, MOURÃO	Desafios do Teletrabalho na pandemia COVID-19: quando o Home vira Office	2020	Caderno De Administração
02	ARAÚJO, DE OLIVEIRA, DA ROCHA, BERNARDINO	Aumento da Incidência de Síndrome de Burnout nas atividades laborais durante a pandemia de COVID- 19	2021	Revista Multidisciplinar de Humanidades
03	BRIDI	Teletrabalho em tempos de pandemia e condições objetivas que desafiam a classe trabalhadora.	2020	Editora Positiva -- 1. Ed
04	CHERSICK et al.	COVID-19 in Africa: care and protection for frontline healthcare workers.	2020	Globalization and Health volume 16
05	COSTA	Pandemia e desemprego no Brasil.	2020	Rev. Adm. Pública 54 (4)
06	DA SILVA, DE LIMA, DE OLIVEIRA	Microcrédito Produtivo Como Mecanismo de Retomada do Desenvolvimento Econômico no Contexto da Crise Covid-19.	2020	Revista Argumentum
07	DE SOUZA, ANDRADE, DE CARVALHO	Saúde mental e trabalho no contexto da pandemia por Covid- 19: proposta para vigilância em saúde.	2021	Revista Baiana de Saúde Pública
08	FILHO ASSUNÇÃO, ALGRANTI, SAITO, MAENO.	A saúde do trabalhador e o enfrentamento da COVID-19.	2020	Revista Brasileira de Saúde Ocupacional
09	FIOCRUZ	Cartilha Saúde Mental e Atenção Psicossocial - Informações Gerais.	2020	Fundação Oswaldo Cruz.

10	MATTEI, HEINEN.	Impactos da crise da COVID-19 no mercado brasileiro.	2020	Rev. Polit Econ.
11	MENDES, HASTENREITER FILHO, TELLECHEA	A realidade do trabalho <i>home office</i> na atipicidade pandêmica.	2020	Revista Valore
12	NASCIMENTO, CREADO.	O direito à desconexão no período de <i>home office</i> : análise dos impactos da quarentena pelo COVID-19 na saúde do trabalhador.	2020	Revista Direito UFMS
13	OLIVEIRA, TOSTA.	O “Novo Normal” e a qualidade de vida do trabalhador: uma análise das mudanças em decorrência da COVID-19.	2020	Revista GETS, Sete Lagoas
14	SAIDEL. LIMA, CAMPOS, LOYOLA, ESPIRIDÃO. SANTOS	Intervenções em saúde mental para profissionais de saúde frente a pandemia de Coronavírus.	2020	Revista enfermagem UERJ
15	SANTOS	O teletrabalho nos tempos da COVID-19 (coronavírus): ensaio sobre a importância e necessidade de proteção aos trabalhadores.	2020	Revista do Tribunal Superior do Trabalho.
16	SCHUCHMANN, SCHNORRENB GER, CHIQUETTI, GAIKI, RAIMANN, MAEYAMA.	Isolamento social vertical X Isolamento social horizontal: os dilemas sanitários e sociais no enfrentamento da pandemia de COVID-19.	2020	Brazilian Journal of Health Review

Fonte: Dados de pesquisa (2021)

Os estudos mostram uma discussão multidisciplinar, apesar de não estar exposto às áreas de investigação de cada trabalho, mas o assunto despertou interesse de diversas áreas, como administração, fisioterapia, psicologia, onde percebe-se que a saúde mental não diz respeito somente a psicologia ou psiquiatria, mas é uma área que necessita da atenção de todas as outras áreas de conhecimento. Além disso, compreende-se a saúde do trabalhador como sendo algo para além de questões biológicas, mas biopsicossociais.

Os trabalhos correspondem aos anos de 2020 e 2021, período em que o COVID-19 tem se espalhado em todo mundo, em específico no Brasil. Houve então um desenvolvimento de estudos crescente preocupados com a saúde do trabalhador dentro dessa nova realidade.

Foi percebido que a maioria dos achados apontam para uma mesma demanda, o horário de trabalho e a dificuldade que o trabalhador vem tendo em estabelecer limites diante dessa situação. A gestão e administração do tempo surgem então como ferramentas importantes para evitar a sobrecarga e longas jornadas de trabalho, permitindo assim para que o trabalhador possa desfrutar de outros momentos necessários para seu descanso e autocuidado (SCHUCHMANN, SCHNORRENBARGER, CHIQUETTI, GAIKI, RAIMANN, MAEYAMA, 2020).

A flexibilização da rotina de trabalho é apontada como sendo uma estratégia fundamental para o cuidado com a saúde do trabalhador. Bem como, o estabelecimento de metas atingíveis que levem em consideração a realidade do colaborador e os recursos que ele possui para realizar a sua função. Ou seja, nesse momento de crise em que o mundo se encontra, percebe-se que é de fundamental importância a humanização nas organizações (ARAÚJO et al., 2021; BRIDI, 2020; LOSEKANN; MOURÃO, 2020; MENDES; HASTENREITER FILHO; TELLECHEA, 2020; NASCIMENTO; CREADO, 2020).

Alguns estudos sugerem que as organizações em diálogo com seus colaboradores discutam sobre metas que sejam possíveis de serem atingidas dentro das possibilidades atuais a qual se encontra o trabalhador, para que esse não venha se sentir frustrado ou sobrecarregado e posteriormente adoecer. Além dessa alternativa, surge também a definição e orientação sobre cada função, para que os colaboradores possam ter clareza e controle sobre o que deve ser feito. A comunicação entre organização/colaborador deve ser diariamente fortalecida como fonte de suporte social (ARAÚJO et al., 2021; BRIDI, 2020, CHERSICK et al. 2020).

O suporte às questões emocionais dos trabalhadores está presente na maioria dos trabalhos, pois o período pandêmico causa naturalmente uma série de impactos ao ser humano e toda essa transformação no cenário laboral afeta fortemente o colaborador. Nesse sentido, alguns trabalhos citam medidas que podem auxiliá-los a minimizar possíveis prejuízos, como escuta emocional, manejo do estresse, relaxamento e apoio psicológico. Enfatizam ainda que as organizações devem pensar e desenvolver medidas cada vez mais direcionadas ao cuidado com a saúde de seus funcionários, e que o setor de recursos humanos mesmo enfrentando o desafio da distância precisa manter o contato frequente com as pessoas (ARAÚJO et al., 2021; SANTOS, 2020, SAIDEL, LIMA, CAMPOS, LOYOLA, ESPIRIDIANO).

Nascimento e Creado (2020), enfatizam em seu estudo que esse cenário pandêmico pode proporcionar aprendizados diversos na vida dos trabalhadores, apontam que é um

momento de muita reflexão, e que possibilita a aquisição de novos modos de subjetivação. Ressalta também a Teoria do Ócio Criativo, que é uma oportunidade de usar melhor o tempo livre para se dedicar ao bem-estar, à família, e até mesmo ao trabalho. O Ócio Criativo não seria não fazer nada, mas sim adquirir novas formas de ver e atuar no trabalho, de enfrentar desafios, visto sua capacidade subjetiva humana de transformar-se e inovar-se.

Para o enfrentamento desses novos desafios e garantia do bem-estar dos trabalhadores, alguns estudos abordam a garantia de direitos dessa classe, para que a violação desses não seja mais um empecilho em sua atuação. Medidas provisórias foram tomadas com esse foco, garantindo, entre outras questões, o direito a ajustes de escalas e controle diante da sua jornada de trabalho (FILHO ASSUNÇÃO, ALGRANTI, SAITO, MAENO, 2020; FIOCRUZ, 2020. SOUZA, ANDRADE, DE CARVALHO, 2021).

Em relação ao contexto econômico em que o país está vivenciando, a literatura utilizada aponta em suma, que os efeitos da Covid-19 no mercado de trabalho e âmbito econômico, não terão curta duração, visto a precariedade em que o país se encontrava antes mesmo do período pandêmico ser instaurado (COSTA; 2020. DA SILVA, DE LIMA, DE OLIVEIRA; 2020). Mattei e Heinen (2020) apontam que as medidas adotadas até o presente momento não serão eficazes para contenção da abrupta queda da renda da classe trabalhadora, muito pelo contrário, estas iniciativas estão apontando uma degradação que pode ser enraizada no mercado de trabalho nacional, eliciando uma baixa garantia ao nível de emprego adequado e renda suficiente que atenda as necessidades básicas dos trabalhadores e suas famílias.

Na pesquisa foi possível perceber através de Costa (2020) que se a forma dinâmica que é tão característica do setor trabalhista sofrer mais baixas, uma massa de trabalhadores irá ainda mais se descolar para um setor de menos produtividade e por conseguinte, menor salário especialmente no setor do comércio, podendo ocorrer o risco de ficar sem renda fixa, visto que este setor era considerado como válvula de escape em relação a queda de emprego formal.

### **3 CONCLUSÃO**

Considerando o quão difícil é o momento que a população está vivenciando, seja na esfera política, social, econômica, educacional, familiar ou estrutural, esse fator se torna ainda mais evidente e aguçado na forma que os profissionais estão lidando emocionalmente com esses recortes que a pandemia insere no contexto de vida. Conclui-se que cotidianamente a classe trabalhadora lida com uma carga muito grande de estresse, desespero, medo e esgotamento físico e mental frente as suas práticas profissionais e aos desafios a que são submetidos.

Diante do que foi exposto neste estudo, é de conhecimento que a saúde do trabalhador vem sofrendo inúmeros impactos durante a pandemia, tendo esse que ajustar e ressignificar seus modos de trabalho de forma repentina, e na maioria dos casos sem preparo algum. Muitos são os desafios e dificuldades no cenário laboral atual. As instituições precisam com urgência desenvolver medidas de proteção, para garantir o bem-estar e a qualidade de vida dos seus colaboradores.

Esse trabalho contribui para a compreensão do assunto e também possibilita reflexões voltadas à realidade do trabalhador nesse cenário. Apontando a necessidade de que mais estudos sobre essa temática sejam realizados, visto que é um contexto social e econômico recente e demanda de aprofundamento no assunto para oferecer uma experiência mais humanizada e flexível para o trabalhador.

O mundo está em constante mudança, abrindo mão de velhos hábitos e passando a adotar novas posturas diante de seus fenômenos. É visto que a tecnologia tem adentrado cada dia mais nos diversos setores, assim como no trabalho. Com o surgimento da pandemia muitos trabalhadores se sentiram desafiados e despreparados para esse novo cenário, com isso é importante que as organizações invistam no preparo de seus colaboradores, para que desta forma a economia possa retornar de uma forma mais saudável e humanizada.



## REFERÊNCIAS

- ARAÚJO, D, N. DE OLIVEIRA, L, C. DA ROCHA, F, N. BERNARDINO, A, V, S. Aumento da Incidência de Síndrome de Burnout nas atividades laborais durante a pandemia de COVID-19. **Mosaico - Revista Multidisciplinar de Humanidades**, Vassouras, v. 12, n. 2, p. 85-90, mai./ago. 2021. Acessado em: 10/11/2021. Disponível em: <http://192.100.251.116/index.php/RM/article/view/2813>.
- BRIDI, M. A. **Teletrabalho em tempos de pandemia e condições objetivas que desafiam a classe trabalhadora**. Brasília, Editora Positiva -- 1. Ed. 173-205, 2020. Acessado em: 10/11/2021.
- BROOKS, S. K., WEBSTER, R. K., SMITH, L. E., WOODLAND, L., WESSELY, S., GREENBERG, N., & RUBIN, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. **Lancet Infect Dis**, 395(10227), 912–920. Acessado em: 10/11/2021. Disponível em: [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8.C](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8.C).
- CHERSICK M, F et al. **COVID-19 in Africa: care and protection for frontline healthcare workers**. *Globalization and Health* volume 16, Article number: 46 (2020).
- COSTA, S, da S. Pandemia e desemprego no Brasil. **Rev. Adm. Pública** 54 (4) • Jul-Aug 2020. Acessado em: 15/11/2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rap/a/SGWCFyFzjzrDwgDJYKcdhNt/?lang=pt>.
- DA SILVA, L, D, C. DE LIMA, S, M. DE OLIVEIRA, B, B. Microcrédito Produtivo Como Mecanismo de Retomada do Desenvolvimento Econômico no Contexto da Crise Covid-19. **Revista Argumentum – RA**, eISSN 2359-6889, Marília/SP, V. 21, N. 3, pp. 1111-1131, Set.-Dez. 2020. Acessado em: 15/11/2021. Disponível em: <http://ojs.unimar.br/index.php/revistaargumentum/article/view/973/811>.
- DE SOUZA, S, F. ANDRADE, A, G, M. DE CARVALHO, R, de C, P. Saúde mental e trabalho no contexto da pandemia por Covid-19: proposta para vigilância em saúde. **Revista Baiana de Saúde Pública**, v. 45, n. Especial 1, p. 125-139, 2021. Acessado em: 10/11/2021. Disponível em: <https://rbsp.sesab.ba.gov.br/index.php/rbsp/article/view/3242>.
- FILHO J, M, J. ASSUNÇÃO A, A. ALGRANTI E, SAITO C, A, MAENO M. A saúde do trabalhador e o enfrentamento da COVID-19. **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**, 45, 1-3. 2020. Acessado em: 07/11/2021. Disponível em: [https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0303-76572020000100100](https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0303-76572020000100100).
- FIOCRUZ, Fundação Oswaldo Cruz. **Cartilha Saúde Mental e Atenção Psicossocial - Informações Gerais**. 2020. Acessado em: 11/11/2021. Disponível em: <https://portal.fiocruz.br/documento/cartilha-saude-mental-e-atencao-psicossocial-na-pandemia-covid-19>.
- GIL, A. C. **Como Elaborar Projetos de Pesquisa**. 6ª ed. São Paulo. Atlas, 2017.
- LOSEKANN, R. G. C. B.; MOURÃO, H. C. Desafios do teletrabalho na pandemia covid-19: quando o home vira office. **Caderno de Administração**, Maringá, v.28, Ed.Esp., jun./2020.

Acessado em: 10/11/2021. Disponível em:  
<https://periodicos.uem.br/ojs/index.php/CadAdm/article/view/53637>.

MATTEI, L. HEINEN, V, L. Impactos da crise da Covid-19 no mercado de trabalho brasileiro. *Brazil. J. Polit. Econ.* 40 (4) • Oct-Dec 2020. Acessado em: 15/11/2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rep/a/8snSbBwVqmYgd5pZVQ5Vhkn/abstract/?lang=pt>.

MENDES, D. C.; HASTENREITER FILHO, H. N.; TELLECHEA, J. A realidade do trabalho *home office* na atipicidade pandêmica. *Revista Valore*, [S.l.], v. 5, p. 160-191, set. 2020. Acessado em: 10/11/2021. Disponível em: <https://revistavalore.emnuvens.com.br/valore/article/view/655>.

MINAYO, M.C.S. *Pesquisa Social*. Teoria, método e criatividade. 18 ed. Petrópolis: Vozes, 2001.

NASCIMENTO, G. A. F.; CREADO, R. S. R. O direito à desconexão no período de *home office*: análise dos impactos da quarentena pelo COVID-19 na saúde do trabalhador. *Revista Direito UFMS* | Campo Grande, MS | v. 6 | n. 1 | p. 131 - 149 | jan./jun. 2020. Acessado em: 10/11/2021. Disponível em: <https://periodicos.ufms.br/index.php/revdir/article/view/10040#:~:text=Para%20tanto%2C%20a%20pesquisa%20tra%C3%A7a,quando%20negligenciado%20o%20direito%20%C3%A0>.

OLIVEIRA, T. D.; TOSTA, L. V. O “Novo Normal” e a qualidade de vida do trabalhador: uma análise das mudanças em decorrência da COVID-19. *Revista GETS, Sete Lagoas*, v. 3 (Edição Especial): p.3-19, 2020. Acessado em: 10/11/2021. Disponível em: <https://ojs3x.gets.science/index.php/getts/article/view/55>.

ORNELL, F. et al. “Pandemic fear” and COVID-19: mental health burden and strategies. *Braz. J. Psychiatry*, São Paulo, 2020. Acessado em: 12/11/2021. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S151644462020005008201&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S151644462020005008201&lng=en&nrm=iso).

SAIDEL M, G, B. LIMA H, M; CAMPOS C, J, G. LOYOLA, C, M, D. ESPIRIDIANO, E. SANTOS J, R. Intervenções em saúde mental para profissionais de saúde frente a pandemia de Coronavírus. *Revista enfermagem UERJ*. Rio de Janeiro, 2020; 28:e49923. Acessado em: 07/11/2021. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/enfermagemuerj/article/view/49923>

SANTOS, M. C. R. O teletrabalho nos tempos da COVID-19 (coronavírus): ensaio sobre a importância e necessidade de proteção aos trabalhadores. *Revista do Tribunal Superior do Trabalho*, São Paulo, vol. 86, nº 2, p.175-194, abr/jun 2020. Acessado em: 10/11/2021. Disponível em: <https://juslaboris.tst.jus.br/handle/20.500.12178/176097>

SCHUCHMANN, A. Z. SCHNORRENBERGER, B, L. CHIQUETTI, M, E. GAIKI, R, S. RAIMANN, B, W. MAEYAMA, M, A. Isolamento social vertical X Isolamento social horizontal: os dilemas sanitários e sociais no enfrentamento da pandemia de COVID-19. *Brazilian Journal of Health Review*, 3(2), 3556–3576. 2020. Acessado em: 10/11/2021. Disponível em: <https://doi.org/10.34119/bjhrv3n2-185>.

SHIGEMURA, J., URSANO, R. J., MORGANSTEIN, J. C., KUROSAWA, M., & BENEDEK, D. M. (2020). Public responses to the novel 2019 coronavirus (2019-nCoV) in Japan: Mental health consequences and target populations. **Psychiatry and Clinical Neurosciences**, 74(4), 281–282. Acessado em: 10/11/2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1111/pcn.12988>.

VAN HOOFF, E. **Lockdown is the world's biggest psychological experiment - and we will pay the price.** Disponível em: <https://www.weforum.org/agenda/2020/04/this-is-the-psychologicalside-of-the-covid-19-pandemic-that-were-ignoring/>. Acesso em: 12/11/ 2021.

VON RANDOW, G, L, F. DA TULER, L, C, M. OLIVEIRA, R, T, de S, A. Os desdobramentos do home office durante a pandemia: o novo ambiente de trabalho e suas consequências. **Anais da Noite Acadêmica**, v. 1, n. 1, 2021. Acessado em: 10/11/2021. Disponível em: <http://pensaracademico.unifacig.edu.br/index.php/noiteacademica/article/view/2688>