

Aspectos do teletrabalho associados ao sofrimento psíquico em servidores do judiciário trabalhista durante a covid-19

Aspects of telework associated with mental distress among labor court workers during the COVID-19 pandemic

Francielle Barbosa Prado¹ , Sergio Roberto de Lucca¹ 

RESUMO | Introdução: A imposição abrupta do teletrabalho durante a pandemia da covid-19 trouxe desafios que implicaram prejuízos à saúde mental dos trabalhadores. **Objetivos:** Identificar aspectos do teletrabalho e características individuais associados ao sofrimento psíquico de servidores de um órgão da Justiça do Trabalho durante a pandemia da covid-19. **Métodos:** Foi realizado um estudo transversal com 1.028 servidores. As variáveis independentes foram avaliadas por meio de um questionário com questões sociodemográficas e ocupacionais, além de uma escala Likert com questões referentes a percepções sobre o teletrabalho. O sofrimento psíquico foi mensurado através do Self-Reporting Questionnaire. As relações entre as variáveis foram avaliadas pelo teste qui-quadrado de Pearson ou pelo teste exato de Fischer. Foi utilizada regressão logística para testar associações entre as variáveis independentes e o desfecho. **Resultados:** A prevalência de sofrimento psíquico foi de 37,3%. As variáveis associadas ao desfecho foram: sexo feminino, não ter companheiro(a), viver com dependentes de cuidados, concordar que o teletrabalho trouxe aumento dos conflitos familiares e sensação de solidão. Além disso, associaram-se ao sofrimento psíquico as respostas “neutro” ou “concordo” para: dificuldade para se disciplinar, dificuldade para se desconectar dos assuntos de trabalho e sentimento de culpa. **Conclusões:** Características individuais e do teletrabalho são potenciais fatores contribuintes para a ocorrência de sofrimento psíquico entre os teletrabalhadores, confirmando a relevância de ações preventivas direcionadas a este público.

Palavras-chave | saúde ocupacional; teletrabalho; administração pública; COVID-19; Poder Judiciário.

ABSTRACT | Introduction: The abrupt imposition of teleworking during the COVID-19 pandemic brought challenges that negatively affected the mental health of workers. **Objectives:** To identify aspects of telework and individual characteristics associated with mental distress among Brazilian labor court staff during the COVID-19 pandemic. **Methods:** This cross-sectional study included 1,028 workers. Independent variables were assessed using a sociodemographic and occupational questionnaire and a Likert scale instrument to measure participant perceptions about telework. Mental distress was assessed using the Self-Reporting Questionnaire. The relationship between variables was assessed with Pearson's chi-square test or Fisher's exact test. The association between the independent variables and the outcome was analyzed through logistic regression. **Results:** Mental distress was identified in 37.3% of the participants. The variables associated with the outcome were: women, not living with a partner, living with a care-dependent person, agreeing that telework has led to increased family conflict and loneliness. Mental distress was also associated with neutrality or agreement with statements on: difficulty with self-discipline, difficulty disconnecting from work, and feelings of guilt. **Conclusions:** The characteristics of individual workers and of telework are potential contributing factors to mental distress among teleworkers, indicating the relevance of preventive initiatives for this population.

Keywords | occupational health; teleworking; public administration; COVID-19; Judiciary.

¹ Departamento de Saúde Coletiva, Faculdade de Ciências Médicas, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, SP, Brasil.

Fonte de financiamento: Nenhuma

Conflitos de interesse: Nenhum

Como citar: Prado FB, Lucca SR. Aspects of telework associated with mental distress among labor court workers during the COVID-19 pandemic. Rev Bras Med Trab. 2025;23(2):e20251336. <http://doi.org/10.47626/1679-4435-2025-1336>

O artigo não foi publicado previamente em forma de resumo ou pôster.

O artigo se baseou na dissertação de mestrado de Francielle Barbosa Prado.

INTRODUÇÃO

O teletrabalho vem se tornando uma realidade cada vez mais frequente em todo o mundo¹. A prática pode ser definida como todo trabalho realizado à distância com o uso das tecnologias da informação e comunicação. No Brasil, embora as organizações privadas tenham sido as primeiras a adotarem o trabalho remoto, o serviço público seguiu o mesmo caminho².

A pandemia da covid-19 impactou fortemente o curso dessa tendência, acelerando a já crescente adesão à modalidade^{3,4}. Em 2022, 36% da população mundial estava em teletrabalho, ainda que parcialmente, em contraste com os 16% registrados antes do início da pandemia¹. A prática proporcionou maior proteção dos trabalhadores em relação ao vírus, mas também trouxe implicações para a vida pessoal dos indivíduos⁵.

Embora apresente aspectos positivos, como flexibilidade de horários, economia de tempo no trânsito e facilidade para conciliar vida pessoal e profissional, o teletrabalho pode gerar impactos negativos para a saúde mental. Fatores como o isolamento social e profissional, intensificação da jornada de trabalho e conflito entre vida profissional e pessoal⁵⁻⁹ podem provocar quadros de estresse, ansiedade, depressão e outros transtornos psíquicos^{10,11}.

Durante a crise sanitária, aspectos como a falta de infraestrutura adequada e a sobreposição de tarefas domésticas e demandas profissionais dificultaram a adaptação de muitos trabalhadores^{5,12-14}. Um estudo realizado com teletrabalhadores durante a pandemia encontrou associação entre longas horas de trabalho e prevalência de estresse, assim como o baixo controle sobre o tempo de trabalho se relacionou à ocorrência de depressão, ansiedade e estresse¹⁰.

Na Justiça do Trabalho, uma pesquisa realizada no mesmo período apontou prevalência de sofrimento psíquico de 45,38% entre magistrados e de 36,94% entre servidores. Estas prevalências apresentaram associação com o trabalho de alta exigência, especialmente quando o suporte social foi mais baixo¹¹.

Com a queda dos índices de contaminação pela covid-19, muitas empresas têm optado pelo retorno ao trabalho presencial ou pelo modelo híbrido. Neste contexto, os fatores psicossociais impactados pela modalidade são alterados, podendo haver maior suporte social, por um lado, mas a percepção de menor autonomia, por outro¹¹.

A adoção do teletrabalho durante a pandemia introduziu especificidades que o diferenciam do trabalho remoto em condições normais e podem impactar a saúde do trabalhador¹⁰.

OBJETIVOS

Considerando a tendência de continuidade do teletrabalho após a pandemia e a importância de compreender seus impactos psicossociais, o objetivo deste estudo foi identificar aspectos do teletrabalho e características individuais associados ao sofrimento psíquico de servidores de um órgão do judiciário trabalhista durante a pandemia da covid-19.

MÉTODOS

Estudo transversal, realizado no segundo maior Tribunal Regional do Trabalho do país, que possui aproximadamente 3.481 servidores em seu quadro.

Foram convidados a participar da pesquisa, por meio de e-mail institucional (com [link](#) para acesso aos questionários), os servidores do Tribunal que se encontravam realizando teletrabalho total ou parcialmente. Não foram incluídos os 68 servidores da Seção de Segurança, devido à especificidade de suas atividades.

Foram excluídos os servidores que assinalaram não realizar teletrabalho total ou parcialmente, além de indivíduos que deixaram de responder a mais de 20 perguntas dos questionários.

Assim, tendo em vista os critérios de elegibilidade do estudo, a população considerada para o cálculo amostral foi de 3.413 indivíduos. Assumido um erro amostral de 5% e um nível de significância de 5%, o tamanho amostral obtido foi de 346 servidores, atingindo, pelo menos, 416 servidores, considerando-se a taxa de não resposta de 20%. A amostra final, obtida por conveniência, contou com 1.028 participantes, o que representa 30,12% do total da população estudada.

No período de aplicação dos questionários, a vacinação contra a covid-19 não havia sido iniciada e, no estado de São Paulo, o funcionamento dos estabelecimentos seguia o que era preconizado pelo Plano São Paulo, que determina medidas de restrição de circulação de pessoas mais ou menos rigorosas conforme a situação de saúde pública de cada município¹⁵. Assim, as unidades do tribunal

pesquisado, neste período, funcionavam adequando-se às normas determinadas por esse plano¹⁶.

A coleta dos dados foi realizada nos meses de fevereiro e março de 2021, por meio de instrumentos autoaplicáveis disponíveis na internet, utilizando a plataforma de questionários e pesquisas on-line SurveyMonkey (<https://www.surveymonkey.com/>). Todos os servidores foram convidados a participar da pesquisa através de e-mail institucional.

Um questionário de caracterização demográfica e ocupacional foi elaborado especificamente para este trabalho. A avaliação de características do teletrabalho e de seus aspectos positivos e negativos foi realizada por meio de uma escala Likert, desenvolvida com base na literatura sobre vantagens e desvantagens da prática, uma vez que não foram encontrados instrumentos validados para avaliar esses aspectos. Antes que o questionário fosse disponibilizado, realizou-se um teste-piloto para sua validação. Participaram do teste oito servidores do órgão em que foi realizada a pesquisa, além de cinco profissionais da área de Psicologia de outros órgãos do Judiciário, os quais sugeriram alterações que foram analisadas e incorporadas. Não foram realizadas análises de confiabilidade da escala adotada.

Ao final, três estratos foram considerados para análise: concordância (opções 4 e 5), percepção neutra (opção 3) e discordância (opções 1 e 2). Estes estratos foram considerados como “melhor condição”, “pior condição” ou “condição neutra”, tendo em vista a influência favorável ou desfavorável de cada variável.

O desfecho foi mensurado por meio do Self-Reporting Questionnaire (SRQ-20), questionário que visa detectar distúrbios neuróticos, chamados de transtornos mentais comuns (TMC), que caracterizam a presença de sofrimento psíquico. Desenvolvido por Harding et al.¹⁷ e validado no Brasil por Mari & Willians¹⁸, o instrumento é composto por 20 questões que abarcam sintomas físicos e psicológicos, com escala de respostas dicotômicas (sim/não).

O instrumento destina-se à detecção de sintomas e sugere a suspeição de sofrimento psíquico, mas sem fazer discriminações de caráter diagnóstico. Cada resposta afirmativa pontua valor igual a 1. O ponto de corte adotado para suspeição de sofrimento psíquico foi de sete ou mais respostas positivas¹⁸.

Os dados foram analisados utilizando o pacote estatístico Stata[®] versão 18, com o número de série 301809022520. Para as análises descritivas, foram utilizadas frequências

simples e relativas, bem como medidas de tendência central e dispersão para variáveis categóricas e contínuas, respectivamente. A prevalência de sofrimento psíquico foi calculada, e a comparação entre os grupos com e sem o desfecho foi realizada por meio de análise bivariada. Para variáveis categóricas, aplicaram-se o teste qui-quadrado de Pearson ou o teste exato de Fisher, dependendo da distribuição das variáveis, com um nível de significância de 5%. A análise de regressão logística foi aplicada para obter a *odds ratio* (OR) não ajustada, juntamente com o intervalo de confiança de 95% (IC95%). A medida de associação foi convertida em razão de prevalência (RP) utilizando a técnica de Zhang & Yu¹⁹.

A análise hierarquizada dos fatores associados ao sofrimento psíquico foi conduzida após a seleção das variáveis independentes, em função de sua importância epidemiológica e da construção de um modelo teórico-conceitual. Um nível de significância $\leq 20\%$ obtido na análise bivariada também foi considerado. A avaliação da colinearidade entre as variáveis independentes foi realizada utilizando o coeficiente de correlação de Pearson, com a matriz de variância. No primeiro bloco (nível hierárquico distal), foram avaliadas as variáveis socioeconômicas mencionadas anteriormente. No bloco seguinte (nível hierárquico intermediário), foram testadas as variáveis relacionadas à rotina de trabalho. No último bloco (nível hierárquico proximal), foram examinadas variáveis demográficas, rotinas de trabalho e fatores estressores.

A seleção de variáveis de ajuste para a análise de regressão múltipla foi realizada com base em um modelo teórico-conceitual de causalidade entre as variáveis independentes e o sofrimento psíquico, considerando também a análise dos níveis hierárquicos. Para identificar os fatores associados ao sofrimento psíquico, a análise de regressão logística foi empregada, obtendo a OR ajustada e o respectivo IC95%. A medida de associação foi convertida em RP ajustada utilizando a técnica de Zhang & Yu¹⁹. Após o processo de modelagem, para cada bloco de análise, foi conduzida a avaliação da qualidade do modelo por meio do teste de Hosmer & Lemeshow²⁰, com nível de significância de 10%.

A pesquisa foi autorizada pela direção do órgão em que foi realizada e aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Estadual de Campinas, parecer 4.415.662/2020. Os participantes somente puderam aderir ao estudo mediante concordância com um termo de consentimento livre e esclarecido apresentado na página inicial da pesquisa.

RESULTADOS

Foram contatados para participar da pesquisa 3.413 servidores. Entre eles, 1.173 acessaram o *link* enviado por e-mail e responderam o termo de consentimento livre e esclarecido. Destes, 24 não aceitaram participar. Dos 1.149 servidores que aceitaram participar, foram excluídos nove que assinalaram não realizar teletrabalho total ou parcialmente no momento da pesquisa. Dos 1.140 restantes, foram excluídos 12 servidores que deixaram de responder a 20 perguntas ou mais dos questionários. Assim, foram analisados os dados de 1.028 participantes.

A prevalência de sofrimento psíquico foi 37,26%. A média de idade foi de 46,18 anos (desvio-padrão [DP] = 8,40). Mulheres apresentaram 1,29 vezes (IC95% 1,09-1,54) maior probabilidade de desfecho de sofrimento psíquico em comparação aos homens. Aqueles que vivem sem um

companheiro apresentaram uma prevalência aumentada em 1,21 vezes (IC95% 1,02-1,44) em comparação aos que vivem com um parceiro. Os que residem com pessoas dependentes de cuidados tiveram 1,28 vezes (IC95% 1,09-1,50) maior probabilidade de apresentarem TMC em comparação àqueles que não necessitam cuidar de alguém.

A ausência de treinamento prévio ao teletrabalho e a percepção de aumento na carga de trabalho elevaram, respectivamente, em 28% (IC95% 1,03-1,61) e 70% (IC95% 1,42-2,04) a probabilidade de ocorrência de sofrimento psíquico, em comparação com a realização de treinamento e a manutenção da carga de trabalho (Tabela 1).

Em relação à adaptabilidade das tarefas ao teletrabalho, observou-se que quem discordou teve 1,67 (IC95% 1,28-2,18) vez maior probabilidade de sofrer psíquico, e quem apresentou percepção neutra, 2,23 (IC95% 1,62-3,07)

Tabela 1. Prevalência de sofrimento psíquico segundo características sociodemográficas e ocupacionais da população do estudo, estado de São Paulo, 2021

Variável	Sofrimento psíquico		Valor de p	RP	IC95%
	Não n (%)	Sim n (%)			
Idade (anos)					
20 a 39	161 (60,98)	103 (39,02)	-	1,00	-
40 a 49	225 (62,67)	134 (37,33)	0,66	0,95	0,78-1,17
50 e mais	255 (64,23)	142 (35,77)	0,39	0,91	0,75-1,12
Média	46,42 (8,64)	45,79 (7,99)	-	-	-
Sexo					
Masculino	273 (68,42)	126 (31,58)	-	1,00	
Feminino	368 (58,97)	256 (41,03)	0,02	1,29	1,09-1,54
Estado civil					
Com companheiro	484 (64,71)	264 (35,29)	-	1,00	
Sem companheiro	156 (57,14)	117 (42,86)	0,02	1,21	1,02-1,44
Reside com pessoas dependentes de cuidados na rotina					
Não	410 (66,56)	206 (33,44)	-	1,00	
Sim	234 (57,07)	176 (42,93)	0,00	1,28	1,09-1,50
Ocupa cargo de gestão					
Não	489 (62,29)	296 (37,71)	-	1,00	
Sim	155 (64,58)	85 (35,42)	0,52	0,93	0,77-1,13
Recebeu treinamento prévio ao teletrabalho					
Sim	145 (69,71)	63 (30,29)	-	1,00	
Não	499 (61,00)	319 (39,00)	0,02	1,28	1,03-1,61
Em teletrabalho, considera que a carga de trabalho					
Não se alterou	310 (73,29)	113 (26,71)	-	1,00	
Aumentou	306 (54,45)	256 (45,55)	0,00	1,70	1,42-2,04
Diminuiu	28 (70,00)	12 (30,00)	0,65	1,12	0,68-1,85

RP = razão de prevalência; IC95% = intervalo de confiança de 95%.

vezes maior, em comparação com os que concordaram. As pessoas que não desejaram permanecer em teletrabalho após a pandemia também tiveram 89% (IC95% 1,60-2,23) mais possibilidade de apresentarem TMC quando comparados àqueles que tinham esse desejo (Tabela 2).

No que diz respeito às percepções sobre as consequências do teletrabalho, quatro das 15 vantagens descritas não apresentaram associação estatisticamente significativa ($p < 0,05$) com sofrimento psíquico: ganho de tempo antes utilizado no deslocamento, ambiente mais propício à concentração, maior autonomia, distância de relacionamentos indesejados do trabalho.

A discordância em relação às demais vantagens mostrou-se significativamente associada ($p < 0,05$) a uma maior prevalência de sofrimento, em comparação com a concordância. Discordar de que o teletrabalho diminuísse o estresse associou-se a uma probabilidade 2,82 vezes maior de TMC (IC95% 2,36-3,36); discordar de que a prática aumentasse a satisfação profissional associou-se a 2,28 vezes maior probabilidade desse desfecho (IC95% 1,93-2,69); e discordar de que possibilitasse maior convivência familiar e maior produtividade, a 2,15 vezes maior probabilidade de presença de TMC (IC95% 1,82-2,54) (Tabela 3).

Por outro lado, a concordância com as desvantagens mostrou-se associada a maiores chances de ocorrência de TMC em comparação à discordância com essas afirmações. Entre essas variáveis, aquelas relacionadas a

probabilidades mais altas de desfecho de TMC foram: dificuldade para se desconectar dos assuntos de trabalho, aumento de dores musculoesqueléticas e invasão do trabalho na vida pessoal e da vida pessoal no contexto de trabalho, associadas, respectivamente, a 4,86 (IC95% 3,70-6,38), 4,51 (IC95% 3,29-6,19) e 4,12 (IC95% 3,25-5,23) vezes maior probabilidade de ocorrência de sofrimento psíquico (Tabela 4).

Na análise multivariada hierárquica, conforme se pode observar na Tabela 5, entre os fatores distais (primeiro bloco), observou-se associação entre sexo feminino, viver sem um companheiro e residir com pessoas dependentes de cuidados na rotina com a presença de sofrimento psíquico. Tais variáveis aumentaram, respectivamente, 23% (IC95% 1,04-1,47), 25% (IC95% 1,05-1,49) e 30% (IC95% 1,10-1,54) a probabilidade de ocorrência desse desfecho.

Após o ajuste pelas variáveis do segundo bloco e do primeiro bloco, mantiveram-se, como fatores distais, associadas à presença de TMC: apresentar uma percepção neutra ou concordar com a dificuldade de se disciplinar e manter uma rotina de trabalho e com a dificuldade de se desconectar dos assuntos de trabalho. No último caso, a concordância aumentou a probabilidade do desfecho em 3 vezes (IC95% 2,29-4,10). Além disso, concordar que a sensação de solidão foi uma desvantagem trazida pelo teletrabalho dobrou (IC95% 1,58-2,54) a probabilidade de ocorrência de sofrimento psíquico.

Tabela 2. Prevalência de sofrimento psíquico segundo percepções da população do estudo sobre aspectos do teletrabalho, estado de São Paulo, 2021

Aspectos do teletrabalho	Sofrimento psíquico		Valor de p	RP	IC95%
	Não n (%)	Sim n (%)			
Realização de tarefas depende de informações de outras pessoas					
Discordo	174 (68,77)	79 (31,23)	-	1,00	
Concordo	420 (60,17)	278 (39,83)	0,016	1,27	1,04-1,56
Neutro	50 (67,57)	24 (32,43)	0,843	1,04	0,71-1,51
Natureza das tarefas é adaptável ao teletrabalho					
Concordo	626 (64,14)	350 (35,86)	-	1,00	
Discordo	16 (40,00)	24 (60,00)	0,003	1,67	1,28-2,18
Neutro	2 (20,00)	8 (80,00)	0,013	2,23	1,62-3,07
Se dependesse da própria decisão, continuaria em teletrabalho após a pandemia					
Concordo	566 (68,44)	261 (31,56)	-	1,00	
Discordo	58 (40,28)	86 (59,72)	0,000	1,89	1,60-2,23
Neutro	20 (36,36)	35 (63,64)	0,000	2,02	1,61-2,52

RP = razão de prevalência; IC95% = intervalo de confiança de 95%.

Entre as variáveis do bloco mais proximal, após ajuste pelas variáveis dos blocos superiores, permaneceram associadas à presença de TMC: percepção neutra (RP = 1,66; IC95% 1,17-2,36) ou concordância (RP = 1,86; IC95% 1,43-2,41) de que o teletrabalho trouxe sentimento de culpa; percepção neutra (RP = 1,38; IC95% 1,06-1,79) ou concordância (RP = 1,28; IC95% 1,07-1,53)

quanto à dificuldade de se disciplinar e manter rotina de trabalho; percepção neutra (RP = 2,08; IC95% 1,36-3,21) ou concordância (RP = 2,60; IC95% 1,84-3,68) quanto à dificuldade de se desconectar dos assuntos de trabalho; e concordância de que o teletrabalho trouxe aumento de conflitos familiares (RP = 1,21; IC95% 1,02-1,44) e de solidão (RP = 1,62; IC95% 1,26-2,08) (Tabela 5).

Tabela 3. Prevalência de sofrimento psíquico segundo percepções da população do estudo sobre vantagens do teletrabalho, estado de São Paulo, 2021

Vantagens do teletrabalho	Sofrimento psíquico		Valor de p	RP	IC95%
	Não n (%)	Sim n (%)			
Possibilidade de se vestir mais confortável					
Concordo	612 (63,62)	350 (36,38)	-	1,00	
Discordo	12 (40,00)	18 (60,00)	0,01	1,64	1,21-2,23
Neutro	14 (58,33)	10 (41,67)	0,59	1,14	0,70-1,85
Ganho de tempo antes usado no deslocamento					
Concordo	588 (64,97)	317 (35,03)	-	1,00	
Discordo	15 (32,61)	31 (67,39)	0,00	1,92	1,54-2,39
Neutro	13 (54,17)	11 (45,83)	0,27	1,31	0,83-2,04
Redução dos gastos					
Concordo	579 (66,17)	296 (33,83)	-	1,00	
Discordo	46 (41,07)	66 (58,93)	0,00	1,74	1,45-2,08
Neutro	10 (45,45)	12 (54,55)	0,04	1,61	1,01-2,38
Menor exposição à violência					
Concordo	533 (65,24)	284 (34,76)	-	1,00	
Discordo	36 (50,70)	35 (49,30)	0,01	1,41	1,09-1,83
Neutro	40 (49,38)	41 (50,62)	0,00	1,45	1,15-1,84
Flexibilidade de horários e locais para trabalhar					
Concordo	591 (66,18)	302 (33,82)	-	1,00	
Discordo	36 (34,29)	69 (65,71)	0,00	1,94	1,64-2,29
Neutro	9 (52,94)	8 (47,06)	0,26	1,39	0,83-2,32
Maior convivência com a família					
Concordo	565 (66,86)	280 (33,14)	-	1,00	
Discordo	24 (28,57)	60 (71,43)	0,00	2,15	1,82-2,54
Neutro	32 (50,00)	32 (50,00)	0,00	1,50	1,16-1,96
Facilidade para conciliar compromissos pessoais e profissionais					
Concordo	576 (66,51)	290 (33,49)	-	1,00	
Discordo	34 (33,33)	68 (66,67)	0,00	1,99	1,68-2,35
Neutro	21 (46,67)	24 (53,33)	0,00	1,59	1,19-2,12
Possibilidade de organizar o ambiente físico de trabalho do meu jeito					
Concordo	554 (67,15)	271 (32,85)	-	1,00	
Discordo	44 (40,37)	65 (59,63)	0,00	1,81	1,51-2,10
Neutro	30 (43,48)	39 (56,52)	0,00	1,72	1,36-2,16
Aumento da produtividade					
Concordo	545 (69,07)	244 (30,93)	-	1,00	
Discordo	44 (33,33)	88 (66,67)	0,00	2,15	1,83-2,52
Neutro	43 (47,48)	47 (52,22)	0,00	1,68	1,35-2,11

Continua na próxima página

Tabela 3. Continuação

Vantagens do teletrabalho	Sofrimento psíquico		Valor de p	RP	IC95%
	Não n (%)	Sim n (%)			
Ambiente mais propício à concentração					
Concordo	519 (70,61)	216 (29,39)	-	1,00	
Discordo	83 (37,05)	141 (62,95)	0,00	2,14	1,84-2,49
Neutro	36 (61,02)	23 (38,98)	0,12	1,32	0,95-1,86
Mais autonomia no trabalho					
Concordo	484 (67,79)	230 (32,21)	-	1,00	
Discordo	77 (42,31)	105 (57,69)	0,00	1,79	1,52-2,11
Neutro	54 (62,07)	33 (37,93)	0,28	1,17	0,88-1,57
Distância de relacionamentos indesejados do trabalho					
Concordo	320 (62,75)	190 (37,25)	-	1,00	
Discordo	109 (57,67)	80 (42,33)	0,22	1,13	0,92-1,38
Neutro	88 (62,86)	52 (37,14)	0,98	0,99	0,78-1,27
Aumento da satisfação profissional					
Concordo	431 (71,95)	168 (28,05)	-	1,00	
Discordo	73 (35,96)	130 (64,04)	0,00	2,28	1,93-2,69
Neutro	116 (61,05)	74 (38,95)	0,00	1,38	1,11-1,72
Mais tempo para se dedicar ao lazer					
Concordo	410 (73,35)	149 (26,65)	-	1,00	
Discordo	144 (43,77)	185 (56,23)	0,00	2,10	1,78-2,49
Neutro	71 (64,55)	39 (35,45)	0,06	1,33	0,99-1,77
Diminuição do estresse					
Concordo	432 (77,84)	123 (22,16)	-	1,00	
Discordo	136 (37,47)	227 (62,53)	0,00	2,82	2,36-3,36
Neutro	63 (67,02)	31 (32,98)	0,02	1,48	1,07-2,06

RP = razão de prevalência; IC95% = intervalo de confiança de 95%.

Tabela 4. Prevalência de sofrimento psíquico segundo percepções da população do estudo sobre desvantagens do teletrabalho, estado de São Paulo, 2021

Desvantagens do teletrabalho	Sofrimento psíquico		Valor de p	RP	IC95%
	Não n (%)	Sim n (%)			
Arcar com as despesas da estrutura de trabalho					
Discordo	126 (84,00)	24 (16,00)	-	1,00	
Concordo	460 (57,36)	342 (42,64)	0,00	2,66	1,83-3,88
Neutro	46 (75,41)	15 (24,59)	0,14	1,53	0,86-2,72
Distanciamento afetivo dos colegas de trabalho					
Discordo	130 (83,33)	26 (16,67)	-	1,00	
Concordo	455 (58,56)	322 (41,44)	0,00	2,48	1,73-3,56
Neutro	48 (62,34)	29 (37,66)	0,00	2,26	1,43-3,55
Imprevistos gerados por falhas tecnológicas					
Discordo	206 (83,74)	40 (16,26)	-	1,00	
Concordo	372 (53,91)	318 (46,09)	0,00	2,83	2,11-3,80
Neutro	51 (69,86)	22 (30,14)	0,01	1,85	1,18-2,90
Aumento da jornada de trabalho					
Discordo	229 (82,97)	47 (17,03)	-	1,00	
Concordo	327 (52,66)	294 (47,34)	0,00	2,78	2,11-3,65
Neutro	68 (67,33)	33 (32,67)	0,00	1,91	1,30-2,81

Continua na próxima página

Tabela 4. Continuação

Desvantagens do teletrabalho	Sofrimento psíquico		Valor de p	RP	IC95%
	Não n (%)	Sim n (%)			
Aumento de dores musculoesqueléticas					
Discordo	270 (88,24)	36 (11,76)	-	1,00	
Concordo	281 (46,83)	319 (53,19)	0,00	4,51	3,29-6,19
Neutro	72 (75,79)	23 (24,21)	0,00	2,05	1,28-3,29
Dificuldade para se desconectar dos assuntos de trabalho					
Discordo	360 (88,02)	49 (11,98)	-	1,00	
Concordo	219 (41,71)	306 (58,29)	0,00	4,86	3,70-6,38
Neutro	45 (62,50)	27 (37,50)	0,00	3,13	2,10-4,65
Uso excessivo da comunicação virtual					
Discordo	328 (79,04)	87 (20,96)	-	1,00	
Concordo	219 (47,51)	242 (52,49)	0,00	2,50	2,03-3,07
Neutro	69 (60,53)	45 (39,47)	0,00	1,88	1,40-2,52
Invasão do trabalho no contexto familiar e da família no contexto de trabalho					
Discordo	374 (85,39)	64 (14,61)	-	1,00	
Concordo	190 (39,67)	289 (60,33)	0,00	4,12	3,25-5,23
Neutro	52 (71,23)	21 (28,77)	0,00	1,96	1,28-3,01
Sensação de solidão					
Discordo	376 (83,74)	73 (16,26)	-	1,00	
Concordo	198 (41,60)	278 (58,40)	0,00	3,59	2,87-4,49
Neutro	52 (66,67)	26 (33,33)	0,00	2,05	1,40-2,99
Sentimento de culpa: ver a família perto e não poder dar atenção ou estar descansando quando poderia estar trabalhando					
Discordo	412 (83,74)	80 (16,26)	-	1,00	
Concordo	134 (35,83)	240 (64,17)	0,00	3,94	3,18-4,89
Neutro	41 (57,75)	30 (42,25)	0,00	2,59	1,85-3,64
Dificuldade para conciliar as atividades domésticas e profissionais					
Discordo	412 (80,78)	98 (19,22)	-	1,00	
Concordo	156 (38,52)	249 (61,48)	0,00	3,19	2,63-3,88
Neutro	53 (63,86)	30 (36,14)	0,00	1,88	1,34-2,63
Falta de espaço adequado para trabalhar					
Discordo	414 (75,27)	136 (24,73)	-	1,00	
Concordo	176 (45,24)	213 (54,76)	0,00	2,21	1,86-2,62
Neutro	32 (60,38)	21 (39,62)	0,02	1,60	1,11-2,30
Perda de visibilidade e de oportunidades na carreira					
Discordo	347 (76,26)	108 (23,74)	-	1,00	
Concordo	125 (49,21)	129 (50,79)	0,00	2,13	1,74-2,62
Neutro	109 (53,69)	94 (46,31)	0,00	1,95	1,56-2,43
Dificuldade para se disciplinar e manter uma rotina de trabalho					
Discordo	479 (75,91)	152 (24,09)	-	1,00	
Concordo	118 (38,82)	186 (61,18)	0,00	2,53	2,15-2,99
Neutro	31 (44,93)	38 (55,07)	0,00	2,28	1,77-2,94
Aumento dos conflitos familiares					
Discordo	485 (76,26)	151 (23,74)	-	1,00	
Concordo	65 (31,40)	142 (68,60)	0,00	2,88	2,44-3,41
Neutro	44 (49,44)	45 (50,56)	0,00	2,13	1,66-2,72

RP = razão de prevalência; IC95% = intervalo de confiança de 95%.

Tabela 5. Modelo de regressão logística mostrando associação entre características do teletrabalho com sofrimento psíquico, estado de São Paulo, 2021

Desvantagens do teletrabalho	Sofrimento psíquico		Valor de p	RP	IC95%
	Não n (%)	Sim n (%)			
Arcar com as despesas da estrutura de trabalho					
Discordo	126 (84,00)	24 (16,00)	-	1,00	
Concordo	460 (57,36)	342 (42,64)	0,00	2,66	1,83-3,88
Neutro	46 (75,41)	15 (24,59)	0,14	1,53	0,86-2,72
Distanciamento afetivo dos colegas de trabalho					
Discordo	130 (83,33)	26 (16,67)	-	1,00	
Concordo	455 (58,56)	322 (41,44)	0,00	2,48	1,73-3,56
Neutro	48 (62,34)	29 (37,66)	0,00	2,26	1,43-3,55
Imprevistos gerados por falhas tecnológicas					
Discordo	206 (83,74)	40 (16,26)	-	1,00	
Concordo	372 (53,91)	318 (46,09)	0,00	2,83	2,11-3,80
Neutro	51 (69,86)	22 (30,14)	0,01	1,85	1,18-2,90
Aumento da jornada de trabalho					
Discordo	229 (82,97)	47 (17,03)	-	1,00	
Concordo	327 (52,66)	294 (47,34)	0,00	2,78	2,11-3,65
Neutro	68 (67,33)	33 (32,67)	0,00	1,91	1,30-2,81
Aumento de dores musculoesqueléticas					
Discordo	270 (88,24)	36 (11,76)	-	1,00	
Concordo	281 (46,83)	319 (53,19)	0,00	4,51	3,29-6,19
Neutro	72 (75,79)	23 (24,21)	0,00	2,05	1,28-3,29
Dificuldade para se desconectar dos assuntos de trabalho					
Discordo	360 (88,02)	49 (11,98)	-	1,00	
Concordo	219 (41,71)	306 (58,29)	0,00	4,86	3,70-6,38
Neutro	45 (62,50)	27 (37,50)	0,00	3,13	2,10-4,65
Uso excessivo da comunicação virtual					
Discordo	328 (79,04)	87 (20,96)	-	1,00	
Concordo	219 (47,51)	242 (52,49)	0,00	2,50	2,03-3,07
Neutro	69 (60,53)	45 (39,47)	0,00	1,88	1,40-2,52
Invasão do trabalho no contexto familiar e da família no contexto de trabalho					
Discordo	374 (85,39)	64 (14,61)	-	1,00	
Concordo	190 (39,67)	289 (60,33)	0,00	4,12	3,25-5,23
Neutro	52 (71,23)	21 (28,77)	0,00	1,96	1,28-3,01
Sensação de solidão					
Discordo	376 (83,74)	73 (16,26)	-	1,00	
Concordo	198 (41,60)	278 (58,40)	0,00	3,59	2,87-4,49
Neutro	52 (66,67)	26 (33,33)	0,00	2,05	1,40-2,99
Sentimento de culpa: ver a família perto e não poder dar atenção ou estar descansando quando poderia estar trabalhando					
Discordo	412 (83,74)	80 (16,26)	-	1,00	
Concordo	134 (35,83)	240 (64,17)	0,00	3,94	3,18-4,89
Neutro	41 (57,75)	30 (42,25)	0,00	2,59	0,185-3,64
Dificuldade para conciliar as atividades domésticas e profissionais					
Discordo	412 (80,78)	98 (19,22)	-	1,00	
Concordo	156 (38,52)	249 (61,48)	0,00	3,19	2,63-3,88
Neutro	53 (63,86)	30 (36,14)	0,00	1,88	1,34-2,63

Continua na próxima página

Tabela 5. Continuação

Desvantagens do teletrabalho	Sofrimento psíquico		Valor de p	RP	IC95%
	Não n (%)	Sim n (%)			
Falta de espaço adequado para trabalhar					
Discordo	414 (75,27)	136 (24,73)	-	1,00	
Concordo	176 (45,24)	213 (54,76)	0,00	2,21	1,86-2,62
Neutro	32 (60,38)	21 (39,62)	0,02	1,60	1,11-2,30
Perda de visibilidade e de oportunidades na carreira					
Discordo	347 (76,26)	108 (23,74)	-	1,00	
Concordo	125 (49,21)	129 (50,79)	0,00	2,13	1,74-2,62
Neutro	109 (53,69)	94 (46,31)	0,00	1,95	1,56-2,43
Dificuldade para se disciplinar e manter uma rotina de trabalho					
Discordo	479 (75,91)	152 (24,09)	-	1,00	
Concordo	118 (38,82)	186 (61,18)	0,00	2,53	2,15-2,99
Neutro	31 (44,93)	38 (55,07)	0,00	2,28	0,17-2,94
Aumento dos conflitos familiares					
Discordo	485 (76,26)	151 (23,74)	-	1,00	
Concordo	65 (31,40)	142 (68,60)	0,00	2,88	2,44-3,41
Neutro	44 (49,44)	45 (50,56)	0,00	2,13	1,66-2,72

RP = razão de prevalência; IC95% = intervalo de confiança de 95%.

DISCUSSÃO

A presença de sofrimento psíquico foi significativamente maior entre as mulheres, corroborando a literatura que as identifica como mais suscetíveis ao desenvolvimento de TMC^{21,22}. Entretanto, também deve-se considerar que as mulheres sofreram mais danos à saúde mental durante a pandemia, pois a assimetria na distribuição das atividades domésticas lhes trouxe maior sobrecarga^{13,23,24}. Assim como na presente pesquisa, estudo realizado por Şentürk et al.²³ com teletrabalhadores durante o período de distanciamento social mostrou maior prevalência de depressão, ansiedade e estresse no sexo feminino.

O mesmo ocorreu em relação ao estado civil. Em consonância com a presente pesquisa, estudos sobre TMC revelam maior prevalência desses transtornos entre divorciados, separados e viúvos^{21,22}. Além disso, é importante levar em consideração a maior solidão desse público na vigência das medidas de distanciamento social.

O sentimento de solidão está entre as principais desvantagens do teletrabalho apontadas pela literatura^{5,8,9}, podendo impactar a saúde mental do indivíduo e sua relação com o trabalho. Uma pesquisa apontou que teletrabalhadores que se sentiam mais isolados apresentavam menor comprometimento afetivo com

a organização⁹. Além disso, a solidão pode levar ao desenvolvimento de quadros como depressão e ansiedade²¹, o que foi corroborado no presente estudo, visto que aqueles que concordaram que o teletrabalho intensificou o sentimento de solidão apresentaram maior probabilidade de desenvolverem TMC.

Também foi observada maior prevalência de sofrimento psíquico entre os indivíduos que residem com pessoas dependentes de cuidados na rotina. Este resultado ratifica outras pesquisas realizadas durante a pandemia^{14,25}, como o estudo de Xiao et al.¹⁴, em que teletrabalhadores com crianças em casa apresentaram menores índices de bem-estar físico e mental em comparação àqueles que não tinham filhos.

Entretanto, esses resultados vão de encontro aos achados de alguns estudos anteriores à crise sanitária, em que a parentalidade aparece como motivador para o teletrabalho por facilitar a dinâmica de cuidado com as crianças^{26,27}. No estudo de Kossek et al.²⁶, teletrabalhadoras com filhos apresentaram menores índices de depressão em relação àqueles que não usufruíam da política de teletrabalho. Um elemento importante, neste contexto, é a rede de apoio da qual o teletrabalhador dispõe, sendo que um estudo apontou que teletrabalhadoras com filhos apresentam maiores índices de exaustão quando não dispõem de auxílio¹³.

Sobre isso, é importante considerar as condições excepcionais impostas pela pandemia, especialmente a redução das redes de apoio outrora presentes nos cuidados com os filhos, como escolas, babás e familiares^{14,24}. Os trabalhadores passaram a conciliar tais obrigações com a realização do trabalho remoto. No estudo de Vasquez et al.²⁴, a conciliação do trabalho com as relações familiares na residência foi considerada difícil ou muito difícil por 28,20% dos homens e por 32,00% das mulheres.

Essa interposição de papéis pode gerar sentimentos negativos envolvendo a conciliação de obrigações na dinâmica familiar^{13,28}. No presente estudo, aqueles que concordaram que o teletrabalho piorou o “sentimento de culpa: ver a família por perto e não poder dar atenção ou estar descansando quando poderia estar trabalhando” apresentaram maior probabilidade de apresentarem TMC.

A relação entre vida pessoal e laboral é um tema controverso na literatura. Por um lado, o teletrabalho é compreendido como uma prática que facilita o equilíbrio entre vida familiar e profissional²⁶. Por outro, pode trazer maior permeabilidade das fronteiras entre os dois domínios e gerar conflitos^{26,27}. A dificuldade de gerenciá-los parece estar relacionada à piora na saúde mental²⁶, o que é corroborado pelo presente estudo, em que a concordância com a percepção de que o teletrabalho trouxe “aumento dos conflitos familiares” apresentou associação com a presença de TMC.

A interposição desses domínios pode levar o trabalhador a apresentar dificuldades para se desconectar dos assuntos laborais^{6,28}. Nos resultados encontrados neste estudo, a percepção neutra ou de piora acerca deste aspecto apresentou associação ao sofrimento psíquico, sendo que a concordância com a afirmação referente a tal fator apresentou associação maior com a probabilidade de ocorrência de TMC do que a percepção neutra.

Questões referentes à sobrecarga laboral estão intimamente associadas à interface casa-trabalho^{28,29}, além de terem relação com as cobranças institucionais. Além das dificuldades trazidas pela intersecção entre estes domínios, a ausência de controle da instituição sobre indicadores tradicionais, como a frequência e cumprimento de horários, pode implicar numa pressão maior por produtividade⁴.

O teletrabalho também pode dificultar a organização dos horários de trabalho por parte dos trabalhadores^{5,29}. Pessoas com poucas habilidades relacionadas à autodisciplina

podem sentir-se mais ansiosas ao terem que lidar com a ausência das regras comuns no trabalho presencial^{6,29}. No presente estudo, aqueles que apontaram uma percepção neutra sobre a variável “dificuldade para se disciplinar e manter uma rotina de trabalho”, ou que concordaram que esta foi uma consequência negativa do teletrabalho, apresentaram maior possibilidade de terem TMC.

No entanto, ao contrário do esperado, foi observado que aqueles com percepção neutra sobre esse aspecto demonstraram maior probabilidade de apresentarem sofrimento psíquico do que os participantes que concordaram com a afirmação. Uma explicação para esse fato pode estar relacionada à preferência que eventualmente os trabalhadores possam ter pelo teletrabalho. Parte da amostra pode ter omitido informações que poderiam prejudicar a continuidade dessa modalidade, como a dificuldade de se disciplinar.

Os resultados do presente estudo não podem ser generalizados, pois refletem as condições de teletrabalho em um momento atípico e contemplam uma população com características específicas. Ademais, por tratar-se de um estudo transversal, não é possível que sejam estabelecidas relações de causa e efeito. Sugere-se que estudos longitudinais sejam realizados, bem como pesquisas sobre a temática em um contexto de normalidade.

As fortalezas desta pesquisa estão relacionadas à população estudada, à contribuição para a literatura sobre saúde mental no teletrabalho e ao tamanho amostral obtido. Há poucas publicações referentes à saúde dos servidores do judiciário trabalhista, e são escassos os estudos que estabelecem associações entre os aspectos do trabalho remoto e indicadores de saúde mental. Os resultados do presente estudo podem auxiliar no mapeamento de fatores que influenciam na saúde mental do teletrabalhador, além de subsidiar protocolos que visem à prática saudável do teletrabalho.

CONCLUSÕES

O presente estudo teve como objetivo identificar aspectos do teletrabalho associados com o sofrimento psíquico de servidores de um órgão do judiciário trabalhista durante a pandemia da covid-19. Os achados apontaram que pertencer ao sexo feminino, não ter um companheiro

e viver com pessoas dependentes de cuidados na rotina são características que apresentam relação com a presença de TMC. As características do teletrabalho associadas a este desfecho, por sua vez, dizem respeito a: aumento de conflitos familiares, sensação de solidão, dificuldade para se disciplinar, dificuldade para se desconectar dos assuntos de trabalho e sentimento de culpa.

Este trabalho aponta a relevância de que sejam fornecidas orientações ao teletrabalhador sobre aspectos como a organização da rotina de trabalho, a necessidade de tempos programados para descanso e de uma rede de apoio consistente. No entanto, tais orientações devem ser pensadas em conjunto com ações organizacionais que

envolvam a realização de treinamentos sobre a temática para teletrabalhadores e gestores. É preciso incentivar a construção de canais de comunicação eficientes e que considerem a natureza síncrona ou assíncrona das atividades e, sobretudo, o olhar para as especificidades de cada sujeito, considerando-se gênero, dinâmica familiar e situação de saúde.

Contribuição dos autores

FBP contribuiu para a concepção do estudo, tratamento de dados, análise formal e redação – revisão & edição. SRL contribuiu para a concepção do estudo, tratamento de dados, análise formal e redação – revisão & edição. Todos os autores aprovaram a versão final submetida e assumem responsabilidade pública por todos os aspectos do trabalho.

REFERÊNCIAS

1. Mlitz K. CIO survey current and future trends in remote work worldwide from 2020 to 2021 [Internet]. 2021 [acesso 23 mar 2024]. Disponível: <https://www.statista.com/statistics/1199110/remote-work-trends-covid-survey-september-december/>
2. Filardi F, De Castro RM, Zanini MTF. Vantagens e desvantagens do teletrabalho na administração pública: análise das experiências do Serpro e da Receita Federal. Cad EBAPE.BR. 2020;18(1):28-46.
3. Bridi MA. Teletrabalho em tempos de pandemia e condições objetivas que desafiam a classe trabalhadora. In: Oliveira DA, Pochmann M, orgs. A devastação do trabalho a classe do labor na crise da pandemia. Brasília: Positiva; 2020. p. 173-205.
4. Losekann RGCB, Mourão, HC. Desafios do teletrabalho na pandemia covid-19: quando o home vira office. Cad Adm. 2020;28:71-5.
5. Gajendran RS, Harrison DA. The good, the bad, and the unknown about telecommuting: meta-analysis of psychological mediators and individual consequences. J Appl Psychol. 2007;92(6):1524-41.
6. Barros AM, da Silva JRG. Percepções dos indivíduos sobre as consequências do teletrabalho na configuração home-office: estudo de caso na Shell Brasil. Cad EBAPE.BR. 2010;8(1):71-91.
7. Belzunegui-Eraso A, Erro-Garcés A. Teleworking in the context of the Covid-19 crisis. Sustainability. 2020;12(9):3662.
8. Leite AL, Lemos D da C, Schneider WA. Teletrabalho: uma revisão integrativa da literatura internacional. Contextus – Rev Contemp Econ Gest. 2019;17(3):187-210.
9. Wang W, Albert L, Sun Q. Employee isolation and telecommuter organizational commitment. Employee Relat. 2020;42(3):609-25.
10. Lyzowski LN. Organizational and occupational health issues with working remotely during the pandemic: a scoping review of remote work and health. J Occup Health. 2024;66(1):uia005.
11. El Kadri Filho F, de Lucca SR. Fatores psicossociais e transtornos mentais comuns no teletrabalho do judiciário trabalhista na pandemia de Covid-19. Saude Debate. 2024;48(140):e8895.
12. Bouziri H, Smith DRM, Descatha A, Dab W, Jean K. Working from home in the time of COVID-19: how to best preserve occupational health? Occup Environ Med. 2020;77(7):509-10.
13. Meyer B, Zill A, Dilba D, Gerlach R, Schumann S. Employee psychological well-being during the COVID-19 pandemic in Germany: a longitudinal study of demands, resources, and exhaustion. Int J Psychol. 2021;56(4):532-50.
14. Xiao Y, Becerik-Gerber B, Lucas G, Roll SC. Impacts of working from home during COVID-19 pandemic on physical and mental well-being of office workstation users. J Occup Environ Med. 2021;63(3):181-90.
15. São Paulo. Decreto nº 64.994, de 28 de maio de 2020. Dispõe sobre a medida de quarentena de que trata o Decreto nº 64.881, de 22 de março de 2020, institui o Plano São Paulo e dá providências complementares. Diário Oficial do Estado de São Paulo [Internet]. 2020 [acesso 12 mar 2023]. Disponível: <https://www.al.sp.gov.br/norma/194040>
16. Tribunal Regional do Trabalho da 15ª Região. Comunicado GP n. 05 de 28 de janeiro de 2021. Estabelece novos horários e formas de atuação de magistrados e servidores em consonância com as diretrizes do Plano São Paulo [Internet]. 2023 [acesso 12 mar 2023]. Disponível: <http://trt15.jus.br/legislacao/normas-institucionais/comunicados/comunicado-gp-no-0052021>
17. Harding TW, de Arango MV, Baltazar J, Climent CE, Ibrahim HH, Ladrado-Ignacio L, et al. Mental disorders in primary health care: a study of their frequency and diagnosis in four developing countries. Psychol Med. 1980;10(2):231-41.
18. Mari JJ, Williams P. A comparison of the validity of two psychiatric screening questionnaires (GHQ-12 and SRQ-20) in Brazil, using Relative Operating Characteristic (ROC) analysis. Psychol Med. 2009;15(3):651-9.
19. Zhang J, Yu KF. What's the relative risk? A method of correcting the odds ratio in cohort studies of common outcomes. JAMA. 1998;280(19):1690-1.
20. Hosmer DW, Lemeshow S. Applied logistic regression. New York: John Wiley & Sons; 2000.
21. Bezerra HS, Alves RM, Nunes ADD, Barbosa IR. Prevalence and associated factors of common mental disorders in women: a systematic review. Public Health Rev. 2021;42:1604234.

22. dos Santos GBV, Alves MCGP, Goldbaum M, Cesar CLG, Gianini RJ. Prevalência de transtornos mentais comuns e fatores associados em moradores da área urbana de São Paulo, Brasil. *Cad Saude Publica*. 2019;35(11):e00236318.
23. Şentürk E, Sağaltıcı E, Geniş B, Günday Toker Ö. Predictors of depression, anxiety and stress among remote workers during the COVID-19 pandemic. *Work*. 2021;70(1):41-51.
24. Vasquez BV, Uehara C, Cavarzan GM, Rodrigues VM. Os bancários e o home office no contexto de pandemia. In: Oliveira DA, Pochmann M, orgs. *A devastação do trabalho: a classe do labor na crise da pandemia*. Brasília: Positiva; 2020. p. 229-60.
25. Dhiman S, Sahu PK, Reed WR, Ganesh GS, Goyal RK, Jain S. Impact of COVID-19 outbreak on mental health and perceived strain among caregivers tending children with special needs. *Res Dev Disabil*. 2020;107:103790.
26. Kossek EE, Lautsch BA, Eaton SC. Telecommuting, control, and boundary management: correlates of policy use and practice, job control, and work-family effectiveness. *J Vocat Behav*. 2006;68(2):347-67.
27. Zhang S, Moeckel R, Moreno AT, Shuai B, Gao J. A work-life conflict perspective on telework. *Transp Res Part A Policy Pract*. 2020;141:51-68.
28. Standen P, Daniels K, Lamond D. The home as a workplace: work-family interaction and psychological well-being in telework. *J Occup Health Psychol*. 1999;4(4):368-81.
29. Baruch Y, Nicholson N. Home, sweet work: requirements for effective home working. *J Gen Manag*. 1997;23(2):15-30.

Endereço para correspondência: Francielle Barbosa Prado - Universidade Estadual de Campinas, Faculdade de Ciências Médicas, Departamento de Saúde Coletiva - Rua Tessália Vieira de Camargo, 126 - Bairro Cidade Universitária Zeferino Vaz - CEP: 13083-887 - Campinas (SP), Brasil - E-mail: franciellebprado@yahoo.com.br

