

SÍNDROME DE BURNOUT NOS TRABALHADORES EM REGIME DE HOME OFFICE E O DIREITO À DESCONEXÃO

BÁRBARA LOUISE ROSA SANTOS

Mestranda em Direito Empresarial e Cidadania pelo Centro Universitário Curitiba (UNICURITIBA), Curitiba-PR. E-mail: b.louiserosar@gmail.com.

EDUARDO MILLÉO BARACAT

Juiz Titular da 9a Vara do Trabalho de Curitiba/PR. Professor do Programa de Mestrado em Direito, e pós-graduação do Centro Universitário Curitiba (UNICURITIBA), Curitiba-PR. Pós Doutor pela Ius Gentium Conimbrigae – Portugal. Doutor e Mestre em Direito pela Universidade Federal do Paraná. E-mail: ebaracat60@gmail.com.

RESUMO

A Síndrome de Burnout, elencada na Portaria n. 1.339/99 do Ministério da Saúde como doença relacionada ao trabalho¹, é um transtorno caracterizado pela exaustão em decorrência do trabalho, estresse laboral crônico, na qual o trabalhador pode apresentar os seguintes sintomas: dores no corpo; enxaquecas; distúrbios do sono; imunodeficiência; transtornos cardiovasculares; falta de concentração; alterações na memória; impaciência; depressão; ansiedade; dentre outros. Tal síndrome pode decorrer da elevada demanda de trabalho qualitativa ou quantitativa, caracterizando a sobrecarga de trabalho e, caso tal situação de estresse e excesso de trabalho se prolongue, é possível que haja danos à saúde física e/ou psíquica do trabalhador². Desta forma, caracteriza-se como um distúrbio psíquico de caráter depressivo, causado pelo esgotamento físico e/ou mental e relacionado ao volume de trabalho, pressão e/ou responsabilidades.³ Para que seja evitado, é imprescindível o direito ao descanso e desconexão do trabalho, em que a pessoa consiga descansar para manter sua qualidade de vida e saúde. Entretanto, o teletrabalho, principalmente no contexto da pandemia de covid-19, em que em torno de 13% das pessoas ocupadas (aproximadamente 8,7 milhões) encontraram-se realizando o trabalho de forma remota, conforme dados do

¹ BRASIL. Ministério da Saúde. **Portaria n. 1339**. 18 nov. 1999. Disponível em: <https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/1999/prt1339_18_11_1999.html>.

² PÊGO, Francinara Pereira Lopes; PÊGO, Delcir Rodrigues. Síndrome de Burnot. **Revista Brasileira de Medicina do Trabalho**, vol. 14, n.2, 2016, p. 171-176. Disponível em: <<https://www.rbmt.org.br/details/46/pt-BR/sindrome-de-burnout>>.

³ MACIEL, Alvaro dos Santos ; LANDO, George André. Desafios e perspectivas do mundo do trabalho pós-pandemia no Brasil: uma análise da flexibilização trabalhista e os paradoxos do home office/anywhere office. **Revista Espaço Acadêmico** . 01 abr. 2021. Vol. 20, p. 6-74. Disponível em: <<https://periodicos.uem.br/ojs/index.php/EspacoAcademico/article/view/58043>>.

**Personalidade Acadêmica Homenageada:
Celso Antonio Pacheco Fiorillo**

IBGE em 2020⁴, pode ser um empecilho para o descanso e desconexão do trabalhador. Entende-se como teletrabalho, o trabalho realizado à distância em ambiente virtual, podendo ser realizado em qualquer lugar, inclusive em domicílio, mas é uma forma de trabalho que também pode violar o direito à desconexão⁵ e levar o trabalhador a desenvolver a Síndrome de Burnout, o que além de causar prejuízos à vida, saúde, bem-estar do trabalhador⁶. Desta forma, ainda que capaz de gerar diversos benefícios para o trabalhador e ser considerado um excelente meio para ajudar a controlar a pandemia de coronavírus, é necessário que as empresas se adequem a esta nova realidade, pois muitas delas não contavam com esta forma de trabalho, e garantam que o empregado tenha seu direito ao descanso e desconexão garantidos. Portanto, o presente trabalho, que ainda está em andamento, tem como objetivo a análise da presença Síndrome de Burnout em trabalhadores que atuam no regime de *home office* ou teletrabalho, considerando que tal modalidade da prestação de serviços, principalmente no atual cenário da pandemia de Covid-19 pode prejudicar o direito à desconexão do trabalhador. Utilizando-se do método dedutivo, a partir da leitura de doutrinas, artigos científicos, dados e pesquisas quantitativas, busca-se analisar qual é impacto da Síndrome de Burnout para os trabalhadores em *home office*, tendo como objetivo, também, concluir se tal regime é melhor ou pior para que o trabalhador exerça seu descanso e desconexão.

PALAVRAS-CHAVE: síndrome de burnout; home office; direito à desconexão.

REFERÊNCIAS:

BRASIL. Ministério da Saúde. **Portaria n. 1339**. 18 nov. 1999. Disponível em: <https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/1999/prt1339_18_11_1999.html>. Acesso em 08 jun. 2021.

Instituto Brasileiro de Geografia e Estatísticas. **Trabalho, desocupação, renda, afastamentos, trabalho remoto e outros efeitos da pandemia no trabalho**. Disponível em: <<https://covid19.ibge.gov.br/pnad-covid/trabalho.php>>. Acesso em 07 jun. 2021.

LEITE, Carlos Henrique Bezerra. **Curso de Direito do Trabalho**. 13 ed. São Paulo: Saraiva Educação, 2021.

⁴ Instituto Brasileiro de Geografia e Estatísticas. **Trabalho, desocupação, renda, afastamentos, trabalho remoto e outros efeitos da pandemia no trabalho**. Disponível em: <<https://covid19.ibge.gov.br/pnad-covid/trabalho.php>>.

⁵ LEITE, Carlos Henrique Bezerra. **Curso de Direito do Trabalho**. 13 ed. São Paulo: Saraiva Educação, 2021. P. 120.

⁶ VON RANDOW, Giselle Leite Franklin ; TULER, Luiza Carla Martins da Rocha; OLIVEIRA, Rayani Tamila de Souza Amorim. Os desdobramentos do home office durante a pandemia: o novo ambiente de trabalho e suas consequências. **Anais da Noite Acadêmica**- Centro Universitário Unifacig, vol. 1, 2021. Disponível em: <<http://pensaracademico.facig.edu.br/index.php/noiteacademica/article/view/2688/0>>.

**Personalidade Acadêmica Homenageada:
Celso Antonio Pacheco Fiorillo**

MACIEL, Alvaro dos Santos ; LANDO, Giorge André. Desafios e perspectivas do mundo do trabalho pós-pandemia no Brasil: uma análise da flexibilização trabalhista e os paradoxos do home office/anywhere office. Revista Espaço Acadêmico . 01 abr. 2021. Vol. 20, p. 6-74. Disponível em: <<https://periodicos.uem.br/ojs/index.php/EspacoAcademico/article/view/58043>>. Acesso em 06 jun. 2021.

PÊGO, Francinara Pereira Lopes; PÊGO, Delcir Rodrigues. Síndrome de Burnot. **Revista Brasileira de Medicina do Trabalho**, vol. 14, n.2, 2016, p. 171-176. Disponível em: <<https://www.rbmt.org.br/details/46/pt-BR/sindrome-de-burnout>>. Acesso em 07 jun. 2021.

VON RANDOW, Giselle Leite Franklin ; TULER, Luiza Carla Martins da Rocha; OLIVEIRA, Rayani Tamila de Souza Amorim. Os desdobramentos do home office durante a pandemia: o novo ambiente de trabalho e suas consequências. **Anais da Noite Acadêmica**- Centro Universitário Unifacig, vol. 1, 2021. Disponível em: <<http://pensaracademico.facig.edu.br/index.php/noiteacademica/article/view/2688/0>>. Acesso em 08 jun. 2021.