

Prevenção dos Riscos Psicossociais em Teletrabalho: Uma Revisão Integrativa da Literatura

Cristina Raquel Pinto Vieira*, Cláudia Susana Gomes Cruz dos Santos**, Elisabete Maria das Neves Borges***

* ESEP, Pós Graduação em Enfermagem do Trabalho , Estudante de Pós Graduação em Enfermagem do Trabalho [raquelpintovieira@gmail.com] ** ESEP, Pós Graduação em Enfermagem do Trabalho , Estudante Pós Graduação em Enfermagem do Trabalho [claudiacruzdosantos@sapo.pt] *** Escola Superior de Enfermagem do Porto , Professora Coordenadora [elisabete@esenf.pt]

Introdução

Nos últimos dois anos, o termo “teletrabalho” tornou-se comumente falado, sobretudo associado à pandemia por COVID 19 (Beckel et al., 2022). Foi com a pandemia e a necessidade de formas alternativas de trabalho, que promovessem a diminuição do risco de transmissão de SARS-CoV-2 que o teletrabalho se tornou mais usual, aliado a isso, ao longo dos anos tem-se verificado uma alucinante evolução científica e tecnológica.

Objetivos

Identificar as intervenções para a prevenção dos riscos psicossociais em teletrabalho.

Metodologia

Realizou-se uma revisão integrativa da literatura em dezembro de 2022. Partindo da questão de investigação: Quais as intervenções para a prevenção dos riscos psicossociais associados ao teletrabalho? Efetuou-se pesquisa nas bases de dados MEDLINE Complete e CINAHL Complete, com recurso ao metapesquisador EBSCO host. Definiram-se como critérios de inclusão: trabalhadores em teletrabalho, intervenções e prevenção dos riscos psicossociais. Incluíram-se os artigos, entre 2017 e 2022, em português e inglês. Seguiram-se as orientações da Joanna Briggs Institute para avaliação da Qualidade metodológica dos artigos.

Resultados/Discussão

De 93 artigos foram selecionados 3 estudos. Duas revisões sistemáticas da literatura, uma revisão sistemática rápida, uma revisão narrativa e um estudo longitudinal multi-método, com um período temporal de publicação de 2020 e 2022. Identificaram-se intervenções diferentes ações preventivas dos riscos psicossociais associados ao teletrabalho, nomeadamente a disponibilização de equipamento adequado (Joellenbeck et al., 2022), o reforço de ações de formação para fortalecer os soft skills (Ferrara et al., 2022), inclusão de atividades para estimular as relações entre os pares (Vincezi, et al., 2022) e estratégias para criar limites entre o trabalho e a família (Ferrara et al., 2022; Joellenbeck et al., 2022; Oakman et al., 2020).

Conclusões

Da revisão realizada foram identificadas estratégias de prevenção dos riscos psicossociais associados ao teletrabalho úteis para a prática clínica do enfermeiro do trabalho. Analisando especificamente as ações de prevenção, pode-se concluir que estão relacionadas essencialmente com a natureza, conteúdo e carga de trabalho, os contextos relacionais do trabalho, condições, organização e tempo de trabalho e ainda a relação trabalho/vida.

Palavras-chave

Teletrabalho; teletrabalhadores; prevenção; Riscos; Psicossociais.

Referências bibliográficas (Norma APA – 7ª edição)

- Beckel, J. L., & Fisher, G. G. (2022). Telework and Worker Health and Well-Being: A Review and Recommendations for Research and Practice. *Int J Environ Res Public Health*. 24,19(7),3879. doi: 10.3390/ijerph19073879. PMID: 35409563; PMCID: PMC8998114.
- Ferrara, B., Pansini, M., Vincenzi, C., Buonomo, I., & Benevene, P. (2022). Investigating the Role of Remote Working on Employees' Performance and Well-Being: An Evidence-Based Systematic Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 28,19(19),12373. doi: 10.3390/ijerph191912373.
- Jöllenbeck, M., Maloku, O., Berling, I., Stamer, T., & Ochsmann, I. (2022). Healthy Mobile Work: The Relationship of a Participative Work Agreement and Workplace Health Management-Qualitative Results of a Longitudinal Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 20,19(12),7526. doi: 10.3390/ijerph19127526.
- Oakman, J., Kinsman, N., Stuckey, R., Graham, M.L., & Weale, V.P. (2020). A rapid review of mental and physical health effects of working at home: how do we optimise health? *BMC Public Health*, 20. DOI:10.1186/s12889-020-09875-z
- Vincenzi, C., Pansini, M., Ferrara, B., C., Buonomo, I., & Benevene, P. (2022). Consequences of COVID-19 on Employees in Remote Working: Challenges, Risks and Opportunities An Evidence-Based Literature Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 16,19(18),11672. doi: 10.3390/ijerph191811672.

Entidade(s) financiadora(s)

ESEP