

## Real-Time Quotes Available

Use Advanced Tools To Trade Cryptocurrencies CFDs.

Fortrade Ltd.

Open

✕

PLUS



Economia Empresas Mercados Fazedores Gestão Marketing Opinião Capas

TSF



EMPRESAS

# Profissionais em teletrabalho são os que acusam mais stress

"Com o teletrabalho, as relações entre o trabalho, a família e os momentos de descanso deterioraram-se, com jornadas mais longas, o que aumenta os níveis de stress e ansiedade entre os profissionais", sintetiza Diego Costa Pinto, diretor do Marketing Analytics Lab da NOVA IMS.



18 Junho, 2021 • 11:32

PARTILHAR



Profissionais em teletrabalho são os que acusam mais stress (Imagem de arquivo) © Unsplash

**E**star em teletrabalho é mais stressante, a julgar por um inquérito realizado por alunos da Nova Information Management School (NOVA IMS), da Universidade Nova de Lisboa, que conclui que 64% dos profissionais que se encontram em teletrabalho acusam o aumento nos níveis de stress em período laboral. Por seu turno, 50% dos trabalhadores que não se encontram em teletrabalho consideram que o período do seu dia mais stressante é durante o trabalho.

O estudo da NOVA IMS conclui ainda que o impacto da pandemia no bem-estar dos portugueses foi principalmente sentido entre as mulheres e pelos jovens, entre os 18 e os 24 anos. Três quartos dos inquiridos revelam um aumento nos níveis de stress em resultado da pandemia, sendo que entre as mulheres este valor sobe para 78% e nos homens desce para 61%. Outra diferença de género destaca-se no momento em que eles e elas se sentem mais ansiosos: para as mulheres o período de stress sobe, individualmente, durante o período de teletrabalho.



mulheres os níveis de stress sobem, principalmente, durante o período de trabalho (56%), para os homens é durante os momentos de descanso e com a família que se sentem mais ansiosos (53%).

Quando comparadas as várias faixas etárias, 90% dos jovens entre os 18 e os 24 anos revelam um aumento nos níveis de ansiedade. Segue-se o grupo dos 25 aos 34 anos com 77,5%. O maior impacto nos níveis de stress volta a ser sentido a partir dos 55 anos (74%). São também os jovens quem mais assume já ter sentido necessidade de pedir apoio, revela o estudo - sendo que são essencialmente as mulheres com maior propensão (52%), o que compara com 25% dos homens.

"Com o teletrabalho, as relações entre o trabalho, a família e os momentos de descanso deterioraram-se, com jornadas mais longas, o que aumenta os níveis de stress e ansiedade entre os profissionais. Por outro lado, este período de incerteza e de maior risco de desemprego parece afetar particularmente as mulheres e os jovens. Infelizmente, a pandemia acabou por acentuar diferenças entre as gerações e entre géneros", sintetiza Diego Costa Pinto, diretor do Marketing Analytics Lab da NOVA IMS.

#### SUBSCREVER NEWSLETTER

Subscreva a nossa newsletter e tenha as notícias no seu e-mail todos os dias

SUBSCREVER

PARTILHAR ESTE ARTIGO



#### COMENTÁRIOS

0 comentários

Ordenar por Mais antigos ▾



Adicionar um comentário...

Plug-in de comentários do Facebook

- 3 Gaia concluído em dez anos
- 4 Banca com nova vaga de saída de trabalhadores e admite despedimentos
- 5 easyJet "Não é preciso convencer clientes a vir para Portugal" mas custo de testes afasta famílias

## MAIS NOTÍCIAS



Entrada de investimento estrangeiro em Portugal caiu 48% em 2020



Portugal com PIB de 77% da média da UE em 2020



Apple investigada na Alemanha por "possíveis práticas anticoncorrenciais"

Banca com nova vaga de saída de trabalhadores e admite despedimentos



Administradores financeiros portugueses estão mais otimistas sobre perspectivas das...

Banco de Portugal atribui licença a duas corretoras de criptomoedas

Portugal recua "significativamente" este ano em indicador europeu de inovação

"6G permite criar a Internet dos Sentidos" e esbate "a divisão entre mundo físico e virtual"

Centros de emprego contaram menos 21.705 desempregados em maio



PATROCINADO Encontrar futuro na formação.



**PATROCINADO** As intervenções que irão tornar esta freguesia ainda melhor para se viver

Aeroportos portugueses com 739,4 mil passageiros em abril, menos 86% que em 2019

easyJet "Não é preciso convencer clientes a vir para Portugal" mas custo de testes afasta famílias



**PATROCINADO** Dores de costas? Diga-lhes adeus em três tempos

Têxtil hospitalar testa a saúde nas grandes feiras internacionais

Luxo. Chiado é o bairro mais caro de Lisboa

Centeno afasta retirada antecipada de estímulos à economia devido à inflação



**PATROCINADO** Do mar à aldeia: apoiar projetos de Turismo para atrair visitantes

Investimento de 200 milhões em Gaia concluído em dez anos

Falha informática corta apoios a 1800 desempregados



Banco de Portugal: Retirada das medidas de apoio à economia potencia riscos para a...



Sobrevivência da TAP depende da "implementação rigorosa" da reestruturação



Costa lança os dois primeiros concursos do PRR no valor de 260 milhões de euros



Luís Salvação: "O Estado, mais do que nunca, deve pagar a tempo e horas"

## OUTROS CONTEÚDOS GMG



Centenas de polícias do movimento Zero concentrados em frente ao Parlamento



Paulo Freitas e uma palavra a Cabestany: "Com as declarações que teve na semana..."



Circulação de e para a Área Metropolitana de Lisboa já é permitida a partir das 6:00



Receitas de petiscos dos chefs Ricardo Costa e Miguel Castro e Silva



Susan Sarandon e Geena Davis recriam icónico beijo de 'Thelma & Louise'



Sexo casual e seguro? Sim, mas com estas regras bem definidas



Volta a ser permitida circulação de e para a Área Metropolitana de Lisboa



Snacks para comer à tarde e que ajudam a perder peso



De Filadélfia, com amor



Ideia da imunidade do grupo com 70% de vacinados está ultrapassada, diz...



Eis o melhor exercício de mobilidade para pessoas com mais de 40 anos



Crítica de Fernando Melo: vinhos que combinam com sardinhada



O que se diz lá fora sobre o Portugal-Alemanha: "Nunca se pode dar os alemães como mortos"



Comentador inglês sobre Bruno Fernandes: "Alguém lhe diga que está a perder por 3-1..."



**Halterofilista Laurel Hubbard vai ser a primeira mulher trans nos Jogos Olímpicos**



**Como o maior hotel do país vive a pandemia**

**Republicanos tiram palco a Le Pen e extrema-direita nas regionais francesas**



**Com dificuldade em dormir? Este truque pode ajudar**

**Lourenço Ortigão sofre acidente de moto e mostra ferimentos (foto)**



**"A raspadinha é a que representa a taxa mais baixa do jogo patológico"**

**Como limpar o microondas em 60 segundos**



**Toyota Supra original de 'Velocidade Furiosa' vendido por valor recorde**



**As contas de Portugal para passar aos oitavos do Euro**



**Uma ponte na China para quem não tem medo de caminhar nas alturas**



**Marcas automóveis que já têm data para o adeus ao Diesel**



**Séries a mais = dores de costas? Resolver isso demora meia hora**



**Passaporte de vacinação já é realidade em Portugal (saiba como o pedir e o que pode fazer com ele)**



**Roupa sem género, pró menino e pró menina**



**Rita Ferro Rodrigues revela que companheiro Rúben Vieira vai ser operado**



**Homem detido por violar enteadas de 15 e nove anos em casa**

**PATROCINADO**

Apoio de **BRAND STORY**



**Mais um passo para o aumento de atividades sustentáveis**



**À descoberta de lendas e trilhos seculares pela Rota do Românico**



**Palavra mágica para o sucesso da sua empresa: rastreabilidade.**



**O regresso poético de espécies com pouco impacto ambiental ao mar**



**Qualidade de excelência digna de selo**

**NEWSLETTER - APPS E RSS - PUBLICIDADE**

**SECÇÕES**

- Economia
- Empresas
- Mercados
- Fazedores
- Gestão & RH
- Marketing & Pub
- Opinião
- Capas

**ESPECIAIS**

- Pergunte ao Advogado
- Campus Santander
- Made in Portugal
- Reboot Portugal

**SERVIÇOS**

- Newsletter
- Ranking Nacional de Empresas
- APPS e RSS
- Publicidade
- Termos e Condições
- A Mensagem NÓNIO
- Ficha Técnica
- Contactos

**MARCAS DO GRUPO**

- JN
- DN
- TSF
- V Digital
- O Jogo
- Motor 24
- Men's Health
- Women's Health
- Evasões
- Volta ao Mundo
- Notícias Magazine
- N-TV
- Delas
- Açoriano Oriental

**SIGA-NOS**



