

Economia

Trabalho remoto

Teletrabalho é mais stressante, diz inquérito

5 Julho, 2021 17:27, Forbes Staff

Um inquérito de alunos da Nova Information Management School conclui que o impacto da pandemia no bem-estar dos portugueses foi mais sentido entre as mulheres e pelos jovens entre os 18 e os 24 anos.



Foto: D.R

Estar em teletrabalho é mais stressante, de acordo com o resultado de um inquérito realizado por alunos da Nova Information Management School (NOVA IMS), da Universidade Nova de Lisboa. O estudo conclui que 64% dos profissionais que se encontram em teletrabalho acusam o aumento nos níveis de stress em período laboral.

Enquanto isso, o mesmo inquérito, indica que 50% dos trabalhadores que não se encontram em teletrabalho consideram que o período do seu dia mais stressante é durante o trabalho. O resultado da pesquisa enviado à FORBES mostra também que o impacto da pandemia no bem-estar dos portugueses foi sentido principalmente entre as mulheres e pelos jovens dos 18 aos 24 anos de idade.

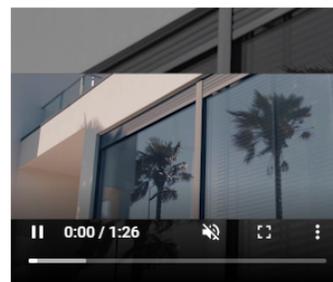
O diretor do marketing Analytics Lab da NOVA IMS, Diego Costa Pinto, citado pelo comunicado, refere que "com o teletrabalho, as relações entre o trabalho, a família e os momentos de descanso deterioraram-se, com jornadas mais longas, o que aumenta os níveis de stress e ansiedade entre os profissionais".

Por outro lado, considera Diego Pinto, 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", frisa.

O estudo revela ainda que 75% dos inquiridos reporta um aumento nos níveis de stress em resultado da pandemia. Entre as mulheres, este valor sobe para os 78%, enquanto nos homens cai para 61%. Outra diferença entre homens e mulheres reside nos momentos em que a ansiedade mais se faz sentir. Enquanto para a maioria das mulheres os níveis de stress sobem, sobretudo durante o trabalho (56%), para os homens os momentos de maior stress são durante os momentos de descanso e com a família (53%).

Já ao longo da vida, é nos jovens que a pandemia mais parece ter deixado marcas: 90% dos jovens entre os 18 e os 24 anos revela um aumento nos níveis de ansiedade, seguidos pela faixa etária dos 25 aos 34 anos de idade. São também os jovens quem mais assume já ter sentido a necessidade de pedir apoio.

f t



Destaques



40 municípios vão poupar 10 milhões de euros por ano com água

Economia



Empresas nacionais com dificuldades para recrutar

Economia



As marcas mais utilizadas pelos cibercriminosos para lançar ataques

Economia



Os negócios de Trump que lhe deram dois mil milhões de euros

Negócios

Artigos relacionados



Leia a edição impressa



Economia



Economia

Receba a FORBES em sua casa, e disfrute de uma revista impressa em papel.

[Compre a FORBES](#)



Leia no seu tablet ou smartphone

Descarregue a app disponível para o seu dispositivo móvel.

dispositivo móvel.



40 municípios vão poupar 10 milhões de euros por ano com água



Empresas nacionais com dificuldades para recrutar



Forbes

© 2021 Forbes Portugal

Contacte-nos



[Estatuto editorial](#) [Ficha Técnica](#) [Política de Privacidade](#)

[Termos e Condições](#) [Publicidade](#)