
Impactos Físicos e Mentais da Adoção do *Home Office* por Jornalistas Cearenses Durante a Pandemia de Covid-19: resultados parciais¹

Mayara Carolinne Beserra de ARAÚJO²
Ricardo Jorge de Lucena LUCAS³
Universidade Federal do Ceará, Fortaleza, CE

RESUMO

O artigo traz resultados parciais de pesquisa desenvolvida com jornalistas cearenses sobre modalidades e condições de trabalho durante a primeira onda da pandemia de Covid-19 (abril a outubro de 2020). Destacamos, entre os achados, a complexa relação dos(as) trabalhadores(as) com o *home office* e adoecimentos físicos e mentais, causados pela falta de ergonomia e pelo acúmulo de funções. Leituras sobre as transformações do mundo do trabalho (ANTUNES, 2018), o ofício jornalístico (FIGARO et al, 2013) e o infotrabalho digital (HUWS, 2017) ajudam a interpretar os depoimentos, que podem apontar legados do período para o jornalismo, como a hibridização do trabalho.

PALAVRAS-CHAVE: jornalistas, Ceará, Covid-19, home office, adoecimentos.

Introdução

Em março de 2020, a pandemia do novo coronavírus⁴ se alastrou rapidamente pelo Ceará, levando jornalistas a exigirem medidas mais rígidas de segurança para realizar suas funções. Além da aquisição de EPIs (como máscaras, face shields e álcool em gel para higienização de equipamentos), a principal precaução foi instituir o trabalho em casa para setores que poderiam prescindir do espaço físico da redação. Empresas e profissionais precisaram, então, adaptar infraestrutura, aparatos tecnológicos, rotinas produtivas e condições física e mental para o *home office*, isso em tempo recorde.

Esse é o pano de fundo no qual se desenvolve este artigo, que apresenta resultados parciais de pesquisa quantitativa e qualitativa respondida por 34 jornalistas cearenses. Esses dados são parte de uma investigação que deve culminar em nossa tese

¹ Trabalho apresentado no Grupo Comunicação e Trabalho, do 46º Congresso Brasileiro de Ciências da Comunicação, realizado de 4 a 8 de setembro de 2023.

² Doutoranda do Programa de Pós Graduação em Comunicação da Universidade Federal do Ceará (PPGCOM/UFC), e-mail: mayaradearaujo.ufc@gmail.com.

³ Professor de Jornalismo na Universidade Federal do Ceará e do (PPGCOM/UFC). Doutor em Comunicação pela Universidade Federal de Pernambuco (UFPE). E-mail: ricardojorge@ufc.br.

⁴ Doença respiratória aguda, causada pelo coronavírus SARS-CoV2, identificada na China, em dezembro de 2019, e mundialmente disseminada. Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), até agosto de 2023, contabilizam-se 6,9 milhões de óbitos por Covid-19 no mundo – valor considerado subnotificado pela própria instituição. A pandemia inicia oficialmente em 11 de março de 2020, quando foi considerada Emergência de Saúde Pública de Âmbito Internacional, e termina em 5 de maio de 2023, quando a OMS retirou a doença da categoria emergencial.

de doutorado, voltada para diagnosticar possíveis legados das mudanças ocorridas durante o período mais intenso da pandemia de Covid-19 (biênio 2020-2021) para a prática jornalística. Neste texto, em específico, nos dedicamos a compilar e interpretar o que as pessoas relatam a respeito da experiência do trabalho *home office* e como a atividade impactou a saúde física e mental de profissionais.

Metodologia

A despeito da existência de pesquisas nacionais sobre o trabalho de comunicadores durante os primeiros anos da pandemia de Covid-19 (FIGARO, 2020, 2021; FENAJ, 2020), decidimos complementá-las com uma investigação própria, focada em jornalistas cearenses, a fim de tentar sanar duas problemáticas: 1. O baixo engajamento de respondentes do Ceará nos relatórios nacionais, apesar do esforço de divulgação dos(as) pesquisadores(as) envolvidos(as); e 2. O aprofundamento em questões específicas da experiência dos(as) trabalhadores(as) na modalidade *home office*, abordada de maneira mais geral nas outras pesquisas. Além disso, entendemos que uma investigação direcionada ao *corpus* local poderia, inclusive, diagnosticar eventuais particularidades do processo de adoção do *home office* nas redações cearenses, rendendo material para futuras pesquisas comparativas.

Implementada de setembro a dezembro de 2020, a pesquisa intitulada “Modalidades de trabalho em jornalismo durante a pandemia de Covid-19” é do tipo formulário, com 63 perguntas objetivas e subjetivas, divididas entre questões gerais e questões direcionadas tanto a profissionais em *home office* ou em situação presencial. Foram 34 respondentes, 16 homens e 18 mulheres, atuantes nas duas maiores empresas de comunicação do Estado, Sistema Verdes Mares (SVM) e Grupo O Povo de Comunicação, em sua maioria repórteres (19) e editores (7). No período de coleta das respostas, a maioria havia retornado ao regime presencial; 10 jornalistas estavam em rodízio redação-casa; e outros 10 integralmente em *home office*.

A pandemia e um jornalismo em mutação

É correto afirmar que a pandemia de Covid-19 encontra um campo jornalístico já em crises, assim no plural. Christofolleti (2019) aponta problemas de critérios de noticiabilidade, periodicidade, estruturas e métodos de apuração, credibilidade e

autoridade, e financeiros, antes mesmo do surto pandêmico. Para Pereira e Adghirni (2011), as mudanças estruturais do jornalismo podem ser divididas em três camadas: na produção das notícias; no perfil dos(as) jornalistas; e na relação com os públicos.

Com a convergência midiática, observamos a aceleração de fluxos de produção e disponibilização da notícia; o aumento vertiginoso de plataformas para publicação desses conteúdos; e a soma de novos gêneros e formatos de apuração e apresentação das notícias aos já executados. Tais disposições estimulam a substituição de jornalistas veteranos por jovens recém-formados(as), que tendem a ser mais maleáveis a baixos salários e sobrecarga de trabalho. Contudo, mesmo investindo em mão de obra mais jovem, o jornalismo sofre com a dificuldade de renovar sua audiência e garantir que, numa cultura de consumo de conteúdo gratuito, o público aceite pagar por informação.

Mick e Lima (2013), Figaro (2013) e Lima e Mick (2022) descortinam os desafios inerentes ao exercício dos(as) jornalistas: precarização dos vínculos empregatícios, baixos salários por longas horas de trabalho e exigência de habilidades multimídia, tudo isso com cada vez menos tempo para pesquisa, seleção e reflexão no trato das informações. A cada reestruturação tecnológica das redações, atividades e cargos são fundidos ou extintos, gerando demissões em massa e as consequências da precarização do trabalho: ansiedade, estresse, assédios morais e perdas da identidade profissional e do sentimento de pertença pelo ofício (LIMA, 2010; LELO, 2019).

No Ceará, os processos de convergência/integração das redações se iniciaram no final dos anos 2000 e se estenderam até serem atravessados pela pandemia, em 2020. Desde 2008, o Sistema Verdes Mares vivenciava experiências de transição, a partir da produção de conteúdos para o portal. Em 2014, nova mudança estendeu a convergência para todo o efetivo de jornalistas de impresso e resultou ainda em fusão de editorias (e consequentes demissões). Quatro anos depois, alcançou a integração: foram extintas as redações de jornal impresso, rádio e TV para a criação de uma única equipe, com profissionais (em tese) atuantes em todas as plataformas.

Em outras redações locais (como os grupos O Povo de Comunicação e Cidade, este autointitulado “o maior *hub* de comunicação do Estado”), o fluxo foi semelhante: editorias, cargos e funções reformulados, a fim de instituir redações multimidiáticas e trabalhadores(as) multitarefas, exigiram, assim, novas disposições para ocupar as posições ofertadas. Em movimentos de tentativa e erro, empresas testam novos modelos

de gestão e organização do trabalho. Essa lógica de reengenharia também chega à estrutura física, perceptível em seguidas reformas estruturais nas redações.

Com a pandemia do novo coronavírus, tais crises ficam evidenciadas e aprofundadas. Enquanto profissionais de saúde lutavam contra as consequências de um vírus desconhecido, jornalistas e profissionais de comunicação em geral enfrentavam o desafio de reportar o incerto, tateando dados em meio a uma emergente “infodemia” de informações verdadeiras, falsas ou imprecisas (KALIL; SANTINI, 2020). A desinformação foi responsável direta pelo contágio e consequente morte de muitos(as). Em função disso, uma associação entre profissionais da saúde e da informação foi feita por autoridades sanitárias mundiais; Jarbas Barbosa, subdiretor da Organização Panamericana da Saúde (OPS), afirmou em 2020 que a informação oportuna e baseada em evidências seria a melhor vacina contra a desinformação.

Ao se declarar como forma confiável de receber orientações sobre a Covid-19, o jornalismo buscou retomar um pacto de credibilidade estabelecido com a sociedade, abalado pela ascensão da produção de conteúdo por não-jornalistas e pela difusão de *fake news* (CHRISTOFOLETTI, 2019); profissionais do jornalismo se viram, assim, entre a manutenção da imagem heroica de profissionais essenciais no combate à desinformação (ARAÚJO; LUCAS, 2020); e a sobrecarga de um trabalho precarizado.

Adoção do home office

Em 2020, com o entendimento de que a principal transmissão do vírus ocorria por vias aéreas, medidas de distanciamento social, isolamento de doentes e uso de máscaras e outros equipamentos de proteção a olhos, nariz e boca foram adotadas para a contenção da pandemia. Assim, o *home office* se tornou a modalidade possível de manutenção do trabalho. Profissionais que conseguiram se manter em seus cargos foram instados a mais um reordenamento produtivo, agora em casa, de modo improvisado e sem assistência das empresas. Conforme Figaro (2020), o *home office* foi a principal mudança na rotina dos(as) comunicadores(as) brasileiros(as) em tempos pandêmicos.

No Brasil, a PNAD Covid-19⁵ revelou que 8,7 milhões de trabalhadores(as) estiveram em *home office* em função das medidas de isolamento. A adoção da modalidade foi a principal mudança na rotina de trabalhadores(as) no Brasil durante a

⁵ Relatório desenvolvido pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). Mais em: <https://covid19.ibge.gov.br/pnad-covid/>

pandemia (BRIDI, 2020) e também de comunicadores(as), especificamente (FIGARO, 2020). É válido dizer que essa modalidade difere de trabalhos fabris em domicílio ou por aplicativos; trata-se do(a) trabalhador(a) que, improvisadamente, adequou seu ofício ao ambiente doméstico através de *smartphones*, computadores e conexão à internet – tecnologias, na maioria das vezes, não fornecidas pelas empresas.

De modo geral, há lacunas nos estudos sobre o trabalho fora do ambiente da empresa e igualmente nas leis que o regem (FERNANDES, 2022). Consequência disso é a insegurança jurídica para empregadores(as) (por falta de modelos consolidados de contratação) e empregados(as) (por falta de garantias claras). A pouca familiaridade com a modalidade reflete o uso equivocado de diferentes termos como sinônimos: teletrabalho, infotrabalho, trabalho remoto, *home office* e *anywhere office* sugerem o trabalho realizado fora do ambiente da empresa, mas possuem distinções entre si. Juridicamente, no Brasil, a lei da reforma trabalhista instituída em 2017 (13.467/2017) considera teletrabalho “a prestação de serviços preponderantemente fora das dependências do empregador, com a utilização de tecnologias de informação e de comunicação que, por sua natureza, não se constituam como trabalho externo” (Art. 75-B). Durante a pandemia, visando estabelecer mais critérios à modalidade, o termo “trabalho remoto” virou sinônimo de “teletrabalho”, e se alterou o texto da definição:

Considera-se teletrabalho ou trabalho remoto a prestação de serviços fora das dependências do empregador, de maneira preponderante ou não, com a utilização de tecnologias de informação e de comunicação, que, por sua natureza, não se configure como trabalho externo. (ART. 75-B)

A alteração sugere que o trabalho não precisa ocorrer fora do ambiente do(a) empregador(a), abrangendo modalidades híbridas ou rodízios trabalho-casa. A cartilha sobre teletrabalho (lançada pelo Tribunal Superior do Trabalho em 2020), porém, não considera *home office* como sinônimo de trabalho remoto ou teletrabalho, ainda que assim tenha se popularizado. Para o TST, o *home office* é um tipo de teletrabalho no qual as tarefas são realizadas obrigatoriamente na casa do(a) empregado(a).

Nesse sentido, Ng (2010) defende que a economia possibilitada com a adoção do *home office* pelas empresas seja convertida em melhores condições de adaptação do(a) trabalhador(a) à nova modalidade de trabalho. Ocorre que, segundo relatório do CPCT de 2020, em 60% dos casos, os(as) comunicadores(as) utilizaram seus próprios meios

para trabalhar, com equipamentos não fornecidos pelas empresas. Na pesquisa da FENAJ, 79,4% dos(as) respondentes afirmaram que a empresa garantiu condições de saúde e segurança para os(as) trabalhadores(as) (fornecimento de EPI e outras medidas de segurança), mas, ao mesmo tempo, 47,7% defendem que a empresa poderia ter melhorado as condições de trabalho durante o período. Se regularizadas as modalidades de trabalho, o *home office* deveria pressupor a garantia, pelo(a) empregador(a), de condições para plena execução das tarefas e o contrário, portanto, deveria implicar algum tipo de punição às empresas.

Segundo Huws (2017), historicamente, o teletrabalho se estabelece como uma atividade passível de terceirização, destinada a trabalhadores(as) com baixa qualificação e de, conseqüentemente, baixa remuneração. Em contexto anterior à pandemia, o trabalho virtual não representava a principal modalidade de trabalho adotada pelas corporações, sobretudo por ainda apresentar muitos problemas técnicos; porém, diante da necessidade de isolamento social, o teletrabalho digital se amplia, de modo emergencial e desorganizado, a diversos setores e cargos das empresas.

Mas muito do que os(as) trabalhadores(as) vivenciaram durante a pandemia já eram, segundo Antunes (2018), características do modelo flexível de exploração do trabalho: “diminuição drástica das fronteiras entre atividade laboral e espaço da vida privada; desmonte da legislação trabalhista e diferentes formas de contratação da força de trabalho; e sua expressão negada, o desemprego estrutural” (p.143). Conforme o autor, os adoecimentos são a base da flexibilização: quando a precarização se aprofunda, eles se tornam inevitáveis.

Adoecimentos físicos e mentais

Essas transformações, próprias do que chamamos de macrocampo do trabalho, refletem-se em maior ou menor medida no campo jornalístico e ainda no microcampo dos(as) jornalistas que nos propomos a analisar. Com base em 95 relatos, obtidos a partir de quatro perguntas subjetivas do formulário sobre a experiência do *home office*, chegamos ao seguinte gráfico de queixas recorrentes associadas aos adoecimentos:

Tabela 1 - tipos de adoecimentos relatados pelos(as) respondentes

Natureza	Tipos de doenças	Motivações
Adoecimentos físicos	Desconfortos, dores e lesões de esforço repetitivo (LER)	Decorrentes da falta de ergonomia no ambiente <i>home office</i>
Adoecimentos psíquicos (mentais, emocionais...)	Crises de ansiedade angústia/ medo;	Notícias de contágios e mortes; desgaste das relações com os demais moradores; falta dos colegas de trabalho; redução da jornada e dos salários são alguns dos gatilhos apontados.
Adoecimentos físicos e psíquicos	Covid-19	Consideramos a Covid-19 uma doença física e mental por dois principais motivos: 1. existem estudos que associam a doença a prejuízos neurológicos; 2. para além da doença do corpo, a grande carga de estresse gerada pelo medo de contaminar/ ser contaminado(a) interfere na <i>psique</i> dos sujeitos.
	Esgotamentos	Em decorrência do acúmulo de trabalho profissional e reprodutivo (doméstico e de cuidados), muitos relatam estafa física e mental.

Fonte: quadro desenvolvido pelos pesquisadores

Em alguns casos, expressões e termos são objetivamente repetidos, como “falta de ergonomia” ou “cansaço” e “ansiedade”. Noutros, precisamos interpretar palavras e ideias sinônimas para identificar as relações com adoecimentos. Um exemplo disso é o uso de recursos próprios para a realização do trabalho: relatos que mencionam isso são permeados de noções de contrariedade/indignação, como indicam os trechos abaixo:

Também tive aumento dos custos com alimentação, enquanto a empresa economizou nesse quesito, e não recebi nada de ajuda para esse custo, também. Ante o momento mais crítico, ainda houve a ameaça de corte, que só foi sanada com a redução da jornada/salário. (Jornalista 8)

Até onde sei, pela legislação, eles deveriam fornecer equipamentos e algum tipo de ajuda de custo por estarmos em casa, usando energia, Internet e computadores pessoais, suporte que em nenhum momento foi dado. (Jornalista 15)

Não é possível dizer que haja uma relação direta entre essas queixas e um adoecimento específico, mas não podemos ignorar que essas insatisfações compõem a trama de descompensações psicológicas, visto que geram potencialmente estresse, tristeza e o principal: a sensação de falta de reconhecimento. Destacamos isso porque, conforme Dejours (2017, p.101), muitas vezes, o reconhecimento do trabalho realizado

(...) é a resposta às expectativas subjetivas que carregamos. Quando obtemos esse reconhecimento, as dúvidas, as dificuldades, o cansaço desaparecem diante do sentimento de ter contribuído para a construção coletiva e de ver validado o lugar que se construiu entre os outros.

Entendemos que a falta de uma contribuição mais assertiva da empresa, financeiramente inclusive, e a sensação de que o grupo de comunicação tem lucrado com a modalidade *home office* enquanto o(a) trabalhador(a) custeia até os meios de produção para executar suas tarefas, causa o efeito contrário ao alcançado pelo reconhecimento: dúvidas, dificuldades e sobrecarga se potencializam.

No período de resposta aos formulários (setembro/2020), a maioria dos(as) jornalistas (41,2%) já havia retornado ao regime presencial. No entanto, 10 deles(as) ainda estavam em *home office* e outros(as) 10 em rodízio redação-casa. Quase metade dos(as) profissionais (16) considerou ter exercido plenamente suas funções, mas à custa de muitas adaptações. Oito jornalistas consideraram que exerceram suas funções apenas parcialmente, mesmo após adaptações. Entre os depoimentos sobre mudanças no ambiente doméstico, encontramos as queixas de falta de ergonomia:

(...) o desconforto pelo calor, o barulho dos vizinhos e a velocidade do meu computador atrapalharam o serviço. (Jornalista 18)

Não havia ergonomia suficiente para o trabalho, nem material suficiente disponível, uma vez que o computador não supria de forma plena minhas necessidades. (Jornalista 27)

Em termos de estrutura, ficar de *home office* foi/é um pouco complicado, tendo em vista que não tenho um espaço adequado, com escrivaninha, cadeira apropriada, etc. O barulho de rua de um bairro residencial na periferia bem como dos familiares é um ponto crítico durante as entrevistas. (Jornalista 28)

Apesar de causar impactos sobretudo físicos, observamos que a falta de ergonomia também influencia em termos psicológicos. Até o período de isolamento estabelecido durante a primeira onda da pandemia, o espaço da casa, na maioria dos casos, não era um ambiente preparado ou mesmo simbolicamente autorizado ao trabalho. Assim, a rotina doméstica, a divisão de cômodos, as necessidades da casa e até os sons causavam desconforto físico, mas também mental, de alguma forma, como indicam os depoimentos:

Desde que começou a pandemia, sabia que não havia estrutura em casa para exercer minha atividade da melhor forma. Isso acabou reverberando no meu

humor, na minha forma de lidar com os problemas e, acredito eu, no meu trabalho, o qual eu creio ter ficado muito aquém do desejável. (Jornalista 4)

Uma das desvantagens é a dificuldade de concentração, por estar sempre vendo coisas em casa que precisam ser feitas, ouvindo conversas não relacionadas ao trabalho. (Jornalista 16)

Entre os adoecimentos físicos e mentais, a primeira menção é justamente ao novo coronavírus. Assim como os demais profissionais da linha de frente, jornalistas não interromperam suas atividades e, em algumas circunstâncias, mantiveram-se trabalhando de modo presencial (como repórteres de TV, cinegrafistas e fotojornalistas), muitas vezes convivendo com ambientes de grande risco sanitário, como portas de hospitais e cemitérios. Logo se percebeu que reportar a doença era sinônimo de estar perigosamente exposto(a) a ela. De acordo com levantamento do Sindicato de Jornalistas do Ceará (Sindjorce), entre março e maio de 2020, 20 jornalistas cearenses positivaram para Covid-19, 15 com suspeita de contaminação e duas vítimas fatais, um deles repórter de TV. O documento denuncia:

Na linha de frente da cobertura sobre a crise sanitária no Estado, que registra o terceiro maior número de contaminações e óbitos pela doença em todo o país, os operários da notícia seguem colocando suas vidas em risco para levar informações à população. “O principal problema tem sido convencer os empregadores a tomar providências quanto ao controle da contaminação”, resume o presidente do Sindjorce, Rafael Mesquita (COM, 2020).

Obtivemos, em nosso questionário, relatos de jornalistas contaminados(as). Todos(as) eles(as) reforçam, além dos incômodos próprios da doença, os causados pela ansiedade e pela relação precarizada com o trabalho.

Cumprir a carga horária de 8 horas/dia também se mostrou um desafio, pois comumente demandas de trabalho atravessaram o horário de descanso. Eu fui contaminada ainda em março e meu período de recuperação foi afetado pelo trabalho (Jornalista 2).

Entre os meses de abril e maio, tive sintomas da Covid-19, assim como meus familiares. Na ocasião, fui afastada do trabalho por 10 dias, pois mesmo em casa não conseguia executar as tarefas e também tinha a preocupação com as pessoas que moravam comigo. Manter a saúde física e mental em meio a uma pandemia é, sem dúvida, um grande desafio, que tenho enfrentado com orações e diálogo constante com as pessoas que amo (Jornalista 15).

Dos 34 respondentes, 20 acharam “difícil” ou “muito difícil” conciliar o trabalho e o cuidado com a saúde física e mental. Diversos motivos justificam esse dado: o contato diário com desfechos trágicos (de histórias de desconhecidos a relatos sobre

peças próximas, familiares e colegas de trabalho); o prejuízo do isolamento social; a improvisação de estrutura para a atuação em *home office*; o desgaste de relações com os demais moradores da casa; solidão (principalmente no caso de pessoas que moram sozinhas); medo; angústia. Além disso, há ainda o fenômeno da infodemia: a pandemia de informações, verdadeiras e falsas, que gera sensação de pânico. O depoimento do Jornalista 12 ilustra este último aspecto: “Muito complicado manter a sanidade mental (...), todos os assuntos estavam voltados ao coronavírus. A sobrecarga foi grande, sem muito cuidado da gestão geral em sentir como estava a saúde dos repórteres”.

Relaciona-se à debilidade da saúde mental a frequente presença dos sentimentos de angústia e medo, achado semelhante em levantamentos nacionais. Figaro (2020) reforça que o temor, nesse período, deve ser conjugado no plural: “o medo da morte relaciona-se diretamente com o de contágio e o medo do colapso do sistema de saúde, compondo assim uma tríade de temores relativos à saúde individual e coletiva dos comunicadores”. Além deles, o medo do desemprego, a intensificação da jornada de trabalho e a sobrecarga do trabalho reprodutivo (sobretudo no caso das mulheres) termina por compor a receita perversa do esgotamento.

Segundo Antunes (2018), no cotidiano da atividade laboral, os efeitos da flexibilização são observados sobretudo na “forte sensação de que o tempo foi comprimido” e também na densificação do trabalho (“na qual todos se desdobram para executar sozinhos o que antes era feito por dois ou mais trabalhadores” p.143), gerada pelas demissões decorrentes das fusões de empresas. Durante o período pandêmico, esse aspecto se aprofunda: a digitalização do trabalho, sem contato presencial, altera o tempo de resposta para tomadas de decisão, atrapalhando os fluxos de tarefas e atropelando os horários estabelecidos para o trabalho. É o que se observa nos seguintes relatos:

O isolamento dos demais colegas de trabalho, além do distanciamento das discussões com os editores fez com que as pautas demorassem um pouco a sair, houvesse sobreposição de informações e até necessidade de redirecionamento da pauta, muitas vezes, ao fim do expediente. Isso decorre principalmente da redução da jornada de trabalho, a qual nos foi imposta (...). Alinha-se a isso a dificuldade de manutenção do horário fixo de trabalho, as demandas em demasia e a falta de compreensão de alguns companheiros de atividade que não levavam em consideração que o horário de trabalho é apenas naquele momento. Desta forma, o trabalho passou a promover mais cansaço mental do que satisfação (Jornalista 27).

A sensação é de ter que trabalhar mais para mostrar produtividade, porque ninguém está vendo meus esforços. Então, mesmo 10min de descanso costumam ser repostos. Algo que, antes do home office, seria aceitável fazer no trabalho, seja para ir ao banheiro, seja para tomar água ou conversar com os colegas. (...) Antes da pandemia, eu escrevia pelo menos duas matérias por dia. No home office, eu sentia a obrigação de escrever mais, e acabava passando do horário de trabalho (Jornalista 1).

Longe de tornar o trabalho flexível e libertador, as novas tecnologias são utilizadas para incrementar o controle das empresas, agindo como meios de dominação (HUWS, 2017; HAN, 2017). Em relação à acumulação de trabalhos produtivo e reprodutivo, faz-se premente mencionar a situação das mulheres. Para chegar e permanecer no mercado de trabalho, muitas se valem do que Biroli (2018) intitula “hierarquia entre mulheres”, terceirizando o trabalho doméstico e de cuidados para outra figura feminina, seja mãe/tia/avó ou trabalhadora (em geral, informal). Em função do isolamento imposto pela pandemia, em muitos casos a rede de apoio precisou ser dispensada, cabendo principalmente às mulheres acumular as atividades profissionais, domésticas e de cuidados (realizadas antes por babás, enfermeiras e cuidadoras de idosos, por exemplo). Além disso, no caso específico das mulheres jornalistas durante a pandemia, Solón *et al* (2020, p.4) evidenciam o quanto desigualdades estruturais, como a questão salarial e de carreira, relacionam-se com o risco de adoecimento:

Há duas vezes mais homens que mulheres em funções que são mais bem remuneradas no mundo do trabalho do jornalismo, o que reflete a dificuldade por elas enfrentada em ascender na carreira (FÍGARO, 2018). Esse dado é particularmente relevante porque, durante a pandemia, por exemplo, o fato de não ocuparem cargos executivos - de direção e edição - significa que, sendo repórteres, estão mais sujeitas aos riscos do trabalho de campo e à maior demanda de produção noticiosa em *home office*.

No artigo supracitado, um dos achados é o fato de que, mesmo quando também o marido/companheiro das participantes estava em regime *home office*, ainda sim grande parte da acumulação de tarefas domésticas cabia a elas. Ao mesmo tempo, na circunstância de uma emergência sanitária, poder estar em casa também é interpretado por muitos(as) participantes da pesquisa como um privilégio. Poder cuidar de, e conviver com companheiro(a), filhos(as), parentes próximos com os quais se esteve em isolamento é, ao mesmo tempo, sinônimo de privilégio, contentamento e cansaço. Daí relatos como este:

Senti satisfação ao adotar a modalidade de trabalho *home office* porque tive medo de contaminar meus familiares, já que o fluxo numa redação é intenso.

Também foi muito mais prático e conveniente não gastar com almoço e deslocamento diariamente, eu certamente prefiro trabalhar *home office*. Mas senti também cansaço, sobrecarga de atividades e emocional, medo e insegurança com o cenário (Jornalista 8).

Ao mesmo tempo que me senti privilegiada por poder ficar em casa, me senti cansada porque tinha que realizar meu trabalho e tbm fazer tarefas domésticas. Ao mesmo tempo que me senti ansiosa pq a comunicação e a gestão da equipe é mais difícil quando ela se dá toda de forma virtual. Também sentia falta de compartilhar o dia com outras pessoas. O estar com o outro faz muito parte do trabalho jornalístico (Jornalista 16).

A complexidade de sentimentos aponta para um dos achados mais evidentes em relação ao trabalho em casa: a dificuldade de adjetivá-lo. O regime em *home office* (principalmente no contexto de uma pandemia) parece tão ilegível quanto o próprio capitalismo que o sustenta, que reside em sua estrutura fundante.

Com a estabilização da curva endêmica em alguns estados, redações jornalísticas retomaram, paulatinamente, um regime redação-casa. Dois anos depois da primeira onda, entrevistas semiestruturadas com participantes da pesquisa (etapa ainda em andamento) começam a indicar que o *home office* tende a ser adotado em casos específicos. Para 67,6% dos(as) jornalistas respondentes, as mudanças adotadas durante o período podem se tornar permanentes. Os aspectos mais citados foram: uso de plataformas de videoconferência para entrevistar fontes e fazer reuniões virtuais; e trabalho remoto em plantões e em caso de adoecimentos. Este último ponto alerta para um caminho preocupante: o uso do trabalho remoto para obrigar o(a) trabalhador(a) afastado(a) por licença médica a manter-se ativo. Alia-se a isso o uso intensificado das plataformas para o desenvolvimento da atividade jornalística e contemplamos mais uma faceta perversa de exploração do trabalho: a intermitência digital, na saúde e na doença, conquistada por determinação direta ou por coerções simbólicas.

Por outro lado, quando se pergunta aos(as) trabalhadores(as) se permaneceriam em *home office* caso a empresa oferecesse a possibilidade, 46,7% dos(as) jornalistas respondeu “sim, mas sob condições específicas”. Entre as exigências, destacam-se: estabelecer limites de horário de trabalho (e cumpri-los!) e estrutura física de trabalho custeada pela empresa.

Considerações finais

Após análise dos dados, podemos inferir que as experiências de trabalho de jornalistas cearenses durante a primeira onda da pandemia de Covid-19 impactaram direta e indiretamente a saúde física e mental dos(as) profissionais. Entre as principais queixas mencionadas pelos(as) respondentes, constam: falta de estrutura física / ergonomia (24 menções); uso de recursos próprios para trabalhar (24); ansiedade, angústia, falta de concentração (23); pressão por produtividade, dificuldade de conciliação da rotina com o trabalho (18); Covid19: contaminação e medo de contaminar (11); cansaço / sobrecarga (15); redução de jornada / medo do desemprego (10); e falta da presença de colegas e fontes (22). Algumas dessas queixas se associam aos indicadores que Lima (2015) já associava, antes da pandemia, à precarização que causa adoecimentos: jornada de trabalho excessiva; intensificação do trabalho; vínculo precário; salários baixos; e multifuncionalidade.

Tratando especificamente do *home office*, observamos que a falta de condições estruturais apropriadas para a realização do trabalho jornalístico em casa gerou prejuízos à saúde física e mental. A maioria dos(as) participantes precisou fazer, muitas vezes com recursos próprios, adaptações para conseguir realizar suas atividades e isso causou problemas não só técnicos, mas ergonômicos e emocionais (insatisfação, indignação, falta de reconhecimento/pertença pelo trabalho). Em alguns casos, a impossibilidade de adaptação levou jornalistas ao regime presencial, arriscando suas vidas na exposição diária ao vírus, seja na redação, em pautas de rua ou no traslado. Os reordenamentos próprios da organização do trabalho também impactaram a saúde dos(as) jornalistas: rever seus repertórios de práticas e condutas, lidar com as falhas de comunicação de um trabalho totalmente fragmentado em plataformas e não ter mais o vínculo presencial com os colegas e as fontes causou/agravou descompensações psicológicas.

Essa reflexão nos leva a três considerações basilares: 1) Novas morfologias do trabalho sugerem a agudização de quadros já debilitados em função da flexibilização; 2) A adoção atropelada e massiva do regime *home office* esgarça ainda mais o puído tecido da relação dos sujeitos com o trabalho. Se, segundo a lógica da acumulação flexível, o ambiente do trabalho se converte em espaço de adoecimento, com o *home office*, esse *locus* adoecido e adoecedor é a própria casa, que deveria ser sinônimo de conforto e segurança; 3) Com a compreensão de que certas etapas do trabalho jornalístico são

executáveis em *home office*, observa-se uma preocupante tendência à hibridização do trabalho, constituindo um campo jornalístico ainda mais precarizado: fragmentado em plataformas e sem horário fixo.

REFERÊNCIAS

ANTUNES, Ricardo. O privilégio da servidão. O novo proletariado de serviços na era digital. São Paulo: Editora Boitempo, 2018.

ARAÚJO, Mayara; LUCAS, Ricardo Jorge de Lucena. Heroísmo e saudades: fachadas de jornalistas cearenses durante a pandemia de Covid-19. In: 18º Encontro Nacional de Pesquisadores em Jornalismo, 2020, Brasília. 18º Encontro Nacional de Pesquisadores em Jornalismo. Brasília: SBPJor, 2020. v. 1. p. 1-15.

BIROLI, Flávia. Gênero e Desigualdades: limites da democracia no Brasil. São Paulo: Editora Boitempo, 2018.

BRIDI, Maria Aparecida; Fernanda Ribas Bohler, Alexandre Pilan Zanoni. Relatório técnico-científico da pesquisa: o trabalho remoto/home-office no contexto da pandemia Covid-19. Curitiba: UFPR, GETS, REMIR, 2020.

CHRISTOFOLETTI, Rogério. A crise do jornalismo tem solução? Estação das Letras e Cores, Edição Kindle, 2019, Não Paginada.

COM 20 profissionais contaminados, Ceará registra dois jornalistas mortos por Covid-19. Sindjoe, Fortaleza, 22 de maio de 2020. Disponível em: <<https://11nq.com/vQQHa>>. Acesso em: ago. 2023.

DEJOURS, Christophe. Psicodinâmica do trabalho: casos clínicos. São Paulo: Dublinense, 2017.

FEDERICI, Silvia. O Ponto Zero da Revolução: trabalho doméstico, reprodução e luta feminista. São Paulo: Editora Elefante, 2019

FENAJ. Pesquisa: Covid-19 entre jornalistas e condições de trabalho. Brasília, 2020. Disponível em: <<https://urx1.com/CDywG>> Acesso em: abr.2021.

FERNANDES, M. L. A. TELETRABALHO. *Virtuajus*, v. 7, n. 12, p. 212-226, 17 ago. 2022.

FIGARO, Roseli (org.). As mudanças no mundo do trabalho do jornalista. São Paulo: Salta, 2013.

FIGARO, Roseli (org.). Relatório dos resultados da pesquisa: como trabalham os comunicadores em tempos de pandemia da Covid-19?. São Paulo: ECA-USP, 2020.

FIGARO, Roseli (org.). Relatório da pesquisa - Como trabalham os comunicadores no contexto de um ano da pandemia de Covid-19. São Paulo: ECA-USP, 2021.

HAN, Byung-Chul. Sociedade da Transparência. Rio de Janeiro: Vozes, 2017.

HUWS, Úrsula. Vida, trabalho e valor no século XXI: desfazendo o nó. CADERNO CRH, Salvador, v. 27, n. 70, p. 13-30, Jan./Abr. 2014. Disponível em: <<https://ury1.com/D2wkx>>

HUWS, Úrsula. A formação do cibertariado: Trabalho virtual em um mundo real. Campinas: Editora Unicamp, 2017.

KALIL, I. & SANTINI, R. M. “Coronavírus, Pandemia, Infodemia e Política”. Relatório de pesquisa. Divulgado em 01 de abril de 2020. 21p. São Paulo / Rio de Janeiro: FESPSP/UFRJ. Disponível: <<https://ury1.com/RZ6jU>>. Acesso em: jun 2023.

LELO, Thales Vilela. Reestruturações produtivas no mundo do trabalho dos jornalistas: precariedade, tecnologia e manifestações da identidade profissional. 2019. 1 recurso online (231 p.). Tese (doutorado) - Universidade Estadual de Campinas, Instituto de Filosofia e Ciências Humanas, Campinas, SP.

LIMA, Cláudia do Carmo Nonato. Comunicação e mundo do trabalho do jornalista: o perfil dos jornalistas de São Paulo a partir da reconfiguração dos processos produtivos da informação. 2010. Dissertação (Mestrado em Teoria e Pesquisa em Comunicação) - Escola de Comunicações e Artes, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2010.

LIMA, Samuel. MICK, Jacques. Perfil do jornalista brasileiro 2021: características sociodemográficas, políticas, de saúde e do trabalho. Florianópolis: Quorum Comunicações, 2022.

LIMA, Samuel. A precarização do trabalho e a saúde dos jornalistas brasileiros. In Anais do III 3º Colóquio Internacional Mudanças Estruturais no Jornalismo (MEJOR). Florianópolis, 2015. Disponível em: < <https://bit.ly/2uZikQd> >. Acesso em 26 de julho de 2018.

MICK, Jacques; LIMA, Samuel. Perfil do jornalista brasileiro: Características demográficas, políticas e do trabalho jornalístico em 2012. Florianópolis: Insular, 2013.

NG, Cheuk Fan. Teleworker’s home office: An extension of corporate office? Facilities, v. 28, n. 3/4, pp. 137-155. 2010.

PEREIRA, F.; ADGHIRNI, Z. O jornalismo em tempo de mudanças estruturais. Intexto, Porto Alegre, n. 24, p. 38-57, 2011. Disponível em:<<https://encurtador.com.br/biLZ2>>. Acesso em: 15 ago. 2023.

SOLON, Marina; ARAÚJO, Mayara; RODRIGUES, Naiana; NUNES, Márcia Vidal. O trabalho de mulheres jornalistas durante a pandemia da COVID-19: um estudo de caso dos reordenamentos produtivos no Ceará. INTER-LEGERE. v.3, n. 28. 2020.