

Trabalho nosso de cada dia

Fabíola Marinho Costa
Roberval Passos de Oliveira

Mais um dia de trabalho¹. Não vamos ao trabalho. Descobrimos que nossas atividades de trabalho não são consideradas essenciais². Ficamos em casa. Na verdade, é justo e necessário, é nosso dever e salvação. Acordamos um pouco antes do sol. É justo e necessário dedicar um tempo ao autocuidado.

Recordamos da demonstração das aeronaves para casos de emergência: em caso de despressurização, máscaras individuais cairão dos painéis acima de seus lugares. Passageiros viajando com alguém que necessite de ajuda deverão colocar suas máscaras primeiro para, em seguida, auxiliá-los. Colocamos nossas máscaras primeiro. Cuidamos de nós para podermos cuidar. Participamos de um atendimento não presencial³ com a fisioterapeuta. Fazemos alguns exercícios com telemonitoramento.

Meditamos. Utilizamos técnicas de respiração. Respiramos sem máscaras ou respiradores. Comemos alimentos saudáveis. Fortalecemos a imunidade. Seguimos as orientações *online* da nutricionista. Seguimos o dia com muito trabalho. São muitos afazeres domésticos. Distribuimos as tarefas entre as pessoas da casa. Desafiamos a divisão do trabalho⁴ entre mulheres, homens e crianças. Dividimos. Revezamos. Compartilhamos. Aprendemos e ensinamos com os não iniciados nas atividades domésticas. Pia, máquina de lavar, pia, fogão, pia, vassoura, pia.

¹ O trabalho é definido como o processo em que o ser humano põe em movimento as forças naturais de seu corpo, braços e pernas, cabeça e mãos, a fim de apropriar-se dos recursos da natureza, imprimindo-lhes forma útil à vida humana. Atuando sobre a natureza externa, o ser humano a modifica, ao mesmo tempo em que modifica sua própria natureza (MARX, 2008).

² São consideradas essenciais as atividades indispensáveis ao atendimento de necessidades inadiáveis da comunidade, as quais, se não atendidas, colocam em perigo a sobrevivência, a saúde ou a segurança da população (BRASIL, 2020).

³ Os Conselhos Federais de Fisioterapia e Terapia Ocupacional (COFFITO, 2020) e Nutrição (CFN, 2020), em função da pandemia de COVID-19, permitiram a realização de atendimento não presencial.

⁴ A divisão do trabalho se refere às diferentes formas como os seres humanos, ao viverem em sociedades, produzem e reproduzem a vida. No capitalismo, ocorre uma divisão entre trabalho intelectual (concepção) e manual (execução), podendo ser caracterizada a divisão técnica do trabalho como a fragmentação de uma especialidade produtiva em numerosas operações limitadas. Já a divisão sexual do trabalho expressa os diferentes papéis atribuídos a homens e mulheres na sociedade e no processo produtivo (PIRES, 2008).

Desenvolvemos técnicas para tornar o trabalho doméstico⁵ mais eficiente e eficaz. Definimos o melhor lugar para o escorredor, a melhor forma de organizar louças, talheres, utensílios, panelas, a melhor ordem para lavar cada grupo. Organizamos uma linha de lavagem. Lembramos do sonho ambientado em *Tempos Modernos*⁶. Sonhamos com Chaplin, estressado⁷ pelo trabalho repetitivo, lavando tudo que parecesse um prato.

Hora de revezar o trabalho doméstico. Hora da reunião de trabalho *online*. Fazemos o pedido do almoço. Não deu tempo de cozinhar hoje. Levantamos os pedidos de cada pessoa da casa. Fazemos o pedido pelo aplicativo⁸ do celular. Corremos para o computador. A internet não está estável. Nada está estável. Telecomunicações e internet são serviços classificados como essenciais. Essencial. Não pode falhar. Testamos o vídeo.

A iluminação está péssima. Não temos um espaço com boa iluminação para vídeos em casa. Não temos escritório em casa. Nosso trabalho é, essencialmente, presencial. Trabalho não essencial. Trabalho não presencial. Trabalho em casa. Trabalho em domicílio. Trabalho à distância. Trabalho remoto. Teletrabalho⁹. Trabalho em sistema de *home-office*. *Home-office* compulsório. Conseguimos uma luminária para melhorar a luz. O gato passeia em frente à tela e mexe no *mouse*. O áudio falha.

⁵ O trabalho não remunerado exercido na esfera doméstica privada e pouco reconhecido também tem um papel fundamental na configuração das relações sociais em geral e do próprio mundo do trabalho em particular. A denominada “Economia do Cuidado” é o conjunto de atividades não remuneradas, geralmente exercidas por mulheres, que, em 2015, equivalia a 11% do PIB do Brasil (CARTA CAPITAL, 2017).

⁶ Em uma clássica cena do filme *Tempos Modernos* de 1936, Charlie Chaplin retrata o estresse gerado pelo trabalho repetitivo que leva o operário de uma linha de montagem a sair apertando tudo que parecesse um botão.

⁷ O estresse resulta de processos de percepção e avaliação na interação entre as exigências do ambiente e os recursos e as capacidades de resposta da pessoa. O estresse laboral é explicado ao considerar as demandas psicológicas do trabalho como fatores de risco, em paralelo à possibilidade de controlar essas demandas. O processo com potencial danoso inclui a percepção de demandas exageradas e a avaliação de escassez dos recursos de enfrentamento (ZANELLI, 2019).

⁸ A uberização do trabalho se refere ao modelo de organização do trabalho da empresa Uber, que desenvolveu um aplicativo, disponível para celulares, que liga prestadores de serviço a consumidores de atividades de transporte urbano, embolsando uma porcentagem do valor cobrado pelo serviço. Na uberização do trabalho, o trabalhador é um empreendedor de si, vinculado e subordinado ao aplicativo (FRANCO; FERRAZ, 2019).

⁹ O teletrabalho pode ser definido como o trabalho realizado em um local diferente do ambiente organizacional convencional e surge como uma transformação no modo de se realizar o trabalho, mediado e viabilizado pela tecnologia da informação e da comunicação. São necessários estudos que investiguem as consequências do teletrabalho na motivação, no comprometimento, na saúde, na produtividade e nas interfaces entre o trabalho e a família (ABBAD *et al.*, 2019).

O cachorro late para sair de casa. Reiniciamos. Tentamos acolher colegas diante das dificuldades técnicas. Vencemos algumas dificuldades. Somos vencidos por outras. Vivenciamos dificuldades semelhantes com as crianças em suas aulas *online*. Transformamos falas e imagens de professoras e professores em *memes*. Sobrevivemos nessa zona de desconforto com humor pueril. Questionamos o lugar do saber do professor leigo em tecnologias da informação e da comunicação. Questionamos saberes.

Questionamos aprendizagens. Questionamos os pais sobre atividades de matemática. De história. De português. De ciências. Estamos em reunião de trabalho. Estamos auxiliando nas atividades escolares. Temos dificuldades em conciliar as responsabilidades do trabalho com as necessidades pessoais e familiares. Vivemos intensamente o conflito trabalho-família¹⁰. Dupla jornada. Tripla jornada. Arrumamos a mesa para almoçar.

O almoço chega. O entregador em uma moto¹¹, que não é sua, comenta a correria nas entregas. Diz que tem que agradecer porque está trabalhando. Não entende por que está trabalhando mais e ganhando menos. Agradecemos por seu trabalho essencial. Descartamos as embalagens. Lavamos as mãos meticulosamente. Comemos. Tentamos manter uma rotina. Conversamos sobre a manhã de trabalho de cada pessoa.

Tivemos uma manhã cansativa. Arrumamos a pia. Assistimos ao noticiário. Epidemiologistas, estatísticos, matemáticos publicam seus trabalhos em números. Números são nomes. Nomes são pessoas. Pessoas são conhecidas. Pessoas somos nós. O nós¹² se faz presente. O nós se faz ausente.

¹⁰ Os impactos das formas como as demandas advindas do trabalho e da família são ou não articuladas e vivenciadas afetam o desempenho das pessoas nos dois contextos. A relevância de estudos sobre essas questões ficam ainda mais evidente quando os avanços tecnológicos estão permitindo, cada vez mais, que trabalho e família compartilhem os mesmos espaços físico e temporal (AGUIAR; BASTOS, 2018).

¹¹ O documentário “GIG - A Uberização do Trabalho”, dirigido por Carlos Juliano Barros, Caue Angeli, Maurício Monteiro Filho e realizado pela Repórter Brasil (Organização de Comunicação e Projetos Sociais), em 2019, discute o trabalho mediado por aplicativos e plataformas digitais, que cresce no mundo e instiga debates sobre a precarização e a intensificação do trabalho.

¹² Nos processos sociais de disputa entre o “eu” (individualismo) e o “nós” (coletivismo), por vezes, perde-se de vista a solidariedade necessária à manutenção do tecido social. O individualismo em sua afirmação do “eu” enquanto único e valioso, desconsidera o “nós”, que o contágio da COVID-19 insiste em reafirmar. Não há cuidado para um que não seja cuidado de todos (RODRIGUES; AIRES, 2020).

Fazemos um minuto de silêncio. O minuto é interminável. O minuto ainda é pouco. “O corpo ainda é pouco”. “O pulso ainda pulsa”¹³. Tentamos regular as emoções¹⁴. Agendamos um atendimento psicológico *online*¹⁵. Acessamos muitas informações. Escutamos muitas opiniões. Divergimos das muitas compreensões com nossas incompreensões. Diferimos das muitas certezas com nossas incertezas. Recebemos mensagens de trabalho. Recebemos mensagens de pessoas queridas.

Reclamamos da solidão. Ignoramos recomendações. Desabafamos nossas impotências enquanto trabalhadoras de saúde. Buscamos nos preparar para o que virá enquanto trabalhadores de segurança. Enviamos mensagens. Tentamos cuidar à distância. Buscamos ser pessoas solidárias. Lutamos para que o distanciamento não vire desamparo. Resistimos para que o afastamento não seja abandono. Demandamos mais trabalho de colegas de trabalho. O tempo dedicado ao trabalho se torna mais flexível.

Diminuímos o tempo gasto em deslocamentos. Diminuímos o tempo dedicado ao ócio. Diminuímos. Diminuímos. A conta não fecha. A noite chega. O trabalho invade. Acompanhamos os acontecimentos. Muitas *lives* estão programadas. O trabalho se expande *live* adentro. Sociólogas e psicólogas falam da centralidade do trabalho na vida individual e social. Sanitaristas discutem sobre trabalho morto, trabalho vivo¹⁶. Trabalho morto-vivo. Comemos algo. Arrumamos mais pratos na pia. Tomamos um banho.

Assistimos a *live* de um conhecido músico. Apreciamos seu trabalho. Estamos cansados. Sentimos a sobrecarga de trabalho. Sentimos isolamento social. Sofremos. Precisamos dormir. Verificamos as mensagens. Mais trabalho. Trabalho que não

¹³ “O pulso ainda pulsa” e “O corpo ainda é pouco” são trechos da letra da música “O pulso”, composta por Arnaldo Antunes, Tony Bellotto, Marcelo Fromer e lançada em 1989 no álbum “Ô Blésq Blom” da banda Titãs.

¹⁴ A regulação emocional se refere a um processo psicológico que é ativado quando estamos diante de estímulos emocionalmente relevantes. Temos pouca tolerância a emoções e sentimentos como medo, ansiedade, tristeza e adotamos estratégias de autorregulação para amenizar os efeitos indesejáveis (GONDIM; BORGES, 2019).

¹⁵ O Conselho Federal de Psicologia (CFP, 2020) regulamentou serviços psicológicos prestados por meios de tecnologia da informação e da comunicação durante o período de pandemia da COVID-19.

¹⁶ Conforme a teoria marxiana, todo processo de trabalho combina trabalho em ato e consumo de produtos feitos em trabalhos anteriores. A atividade de trabalho em si, o trabalho feito em ato é designado de trabalho vivo em ato. Já os produtos utilizados na atividade de trabalho, que são resultado de trabalhos anteriores, são chamados de trabalho morto (MERHY, 2014).

descansa. Mais um dia de trabalho. Trabalho intenso. Trabalho exaustivo. Trabalho que ultrapassa limites temporais e espaciais.

Trabalho a qualquer hora e em qualquer lugar. Trabalho que invade o lar, o ser, o existir. Não fomos ao trabalho. Somos pessoas privilegiadas. Ficamos em casa. Trabalho não essencial. Trabalho não presencial. Trabalho onipotente, onipresente e onisciente. Na verdade, é justo e necessário, é nosso dever e salvação dar-vos graças, sempre e em todo lugar.

Referências

ABBAD, Gardênia da Silva *et al.* *Percepções de teletrabalhadores e trabalhadores presenciais sobre desenho do trabalho*. Revista Psicologia, Organizações e Trabalho, Brasília, v. 19, n. 4, p. 772-780, dez. 2019. DOI:

<http://dx.doi.org/10.17652/rpot/2019.4.17501>. Disponível em:

http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1984-66572019000400006&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 30 abr. 2020.

AGUIAR, Carolina Villa Nova.; BASTOS, Antônio Virgílio Bittencourt. *Interfaces entre o trabalho e a família: Questões conceituais e empíricas*. Estudos em Psicologia (Natal), Natal, v. 23, n. 3, p. 212-223, set. 2018. DOI: <http://dx.doi.org/10.22491/1678-4669.20180021>. Disponível em:

http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-294X2018000300002&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 6 maio 2020.

BRASIL. *Decreto nº 10.282, de 20 de março de 2020. Regulamenta a Lei nº 13.979, de 6 de fevereiro de 2020, para definir os serviços públicos e as atividades essenciais*.

Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2019-2022/2020/decreto/D10282.htm. Acesso em: 6 maio 2020.

CARTA CAPITAL. *Trabalho doméstico não remunerado vale 11% do PIB no Brasil*.

Jun., 2017. Disponível em: <https://www.cartacapital.com.br/economia/trabalho-domestico-nao-remunerado-vale-11-do-pib-no-brasil/>. Acesso em: 8 maio 2020.

CONSELHO FEDERAL DE FISIOTERAPIA E TERAPIA OCUPACIONAL (COFFITO). *Resolução nº 516, de 20 de março de 2020*. Dispõe sobre a suspensão temporária do Artigo 15, inciso II e Artigo 39 da Resolução COFFITO nº 424/2013 e Artigo 15, inciso II e Artigo 39 da Resolução COFFITO nº 425/2013 e estabelece outras providências durante o enfrentamento da crise provocada pela Pandemia do COVID-19. Disponível em:

<http://www.crefito2.gov.br/clientes/crefito2/fotos//RESOLU%C3%87%C3%83O%20N%C2%BA%20516,%20DE%2020%20DE%20MAR%C3%87O%20DE%202020%20-%20RESOLU%C3%87%C3%83O%20N%C2%BA%20516,%20DE%2020%20DE%20MAR%C3%87O%20DE%202020%20-%20DOU%20-%20Imprensa%20Nacional.pdf>. Acesso em: 7 maio 2020.

CONSELHO FEDERAL DE NUTRIÇÃO (CFN). *Resolução CFN nº 646, de 18 de março de 2020*. Suspende até o dia 31 de agosto de 2020 o disposto no artigo 36 da Resolução CFN nº 599, de 25 de fevereiro de 2018, que aprova o Código de Ética e de Conduta dos Nutricionistas. Disponível em: <https://www.cfn.org.br/wp-content/uploads/2020/03/Resol-CFN-646-codigo-etica.pdf>. Acesso em: 7 maio 2020.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA (CFP). *Resolução nº 4, de 26 de março de 2020*. Dispõe sobre regulamentação de serviços psicológicos prestados por meio de Tecnologia da Informação e da Comunicação durante a pandemia do COVID-19. Disponível em: <http://www.in.gov.br/en/web/dou/-/resolucao-n-4-de-26-de-marco-de-2020-250189333>. Acesso em: 7 maio 2020.

FRANCO, David Silva; FERRAZ, Deise Luiza da Silva. *Uberização do trabalho e acumulação capitalista*. Cadernos EBAPE.BR, Rio de Janeiro, v. 17, n. spe, p. 844-856, nov. 2019. DOI: <https://doi.org/10.1590/1679-395176936>. Disponível em http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-39512019000700844&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 8 maio 2020. Epub 09-Dez-2019.

GONDIM, Sônia; BORGES, Livia de Oliveira. *Significados e sentidos do trabalho do home-office: desafios para a regulação emocional*. (In:) Associação Brasileira de Psicologia Organizacional e do Trabalho (SBPOT). O trabalho e as medidas de contenção da COVID-19: contribuições da Psicologia Organizacional e do Trabalho no contexto da pandemia, 2020. Disponível em: <https://www.sbpot.org.br/central-de-conteudo-covid19/>. Acesso em: 8 maio 2020.

MARX, Karl. *O Capital: crítica da economia política: livro I*. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2008.

MERHY, Emerson Elias. *A micropolítica do trabalho vivo em ato: uma questão institucional e território das tecnologias leves*. (In:) MERHY, Emerson Elias. Saúde: cartografia do trabalho vivo. São Paulo: Hucitec, 2014, p. 41-66.

PIRES, Denise Elvira. *Divisão social do trabalho*. (In:) PEREIRA, Isabel Brasil; FRANÇA, Júlio César (Org). Dicionário de educação profissional em saúde. Rio de Janeiro: Ministério da Saúde, FIOCRUZ Fundação Oswaldo Cruz, 2008, p. 125-130.

RODRIGUES, Carla.; AIRES, Suely. *Coreia do Sul, Brasil... ou o pior*. Revista Cult, São Paulo, n. 257, p. 44-49, maio, 2020.

ZANELLI, José Carlos. *Estresse nas organizações de trabalho*. (In:) BENDASSOLLI, Pedro F.; BORGES-ANDRADE, Jairo Eduardo (Org.). Dicionário de Psicologia do trabalho e das organizações. Belo Horizonte: Editora Artesã, 2019, p. 333-339.