

## Negociações 2021

# Conciliar a vida pessoal e profissional, regulamentar o teletrabalho

### Conciliação da vida pessoal e profissional

Nos últimos anos, as exigências profissionais e a crescente individualização das relações de trabalho têm originado desregulação e incremento das horas trabalhadas, não pelo aumento do tempo de trabalho decorrente de imposições legislativas, mas antes pela necessidade de desenvolver inúmeras tarefas, funções, num ritmo de trabalho intenso e exigente, do ponto de vista da atenção, do esforço e da competência.

Num mercado de trabalho competitivo, enquadrado por uma sociedade cada vez mais controladora, associado a uma utilização desregrada das tecnologias, o dia de trabalho é cada vez mais longo, sem pausas para descanso e, até do ponto de vista dos momentos para as refeições, potenciador no originar de problemas de saúde.

**Estas situações obrigam a que o trabalhador abdique do tempo que devia ter disponível para os seus interesses pessoais, assim como para estar em família, de modo a conseguir manter o seu desempenho profissional, numa espiral cada vez mais sufocante, originando situações de ansiedade, esgotamento, *stress*, *burnout*, e outras doenças profissionais.**

A atual pandemia de SARS-CoV-2 veio dar uma maior importância e atualidade à necessidade de conciliar as diversas vertentes da vida humana e, acima de tudo, encarar estas questões como um direito do trabalhador do qual não se pode abdicar, sendo particularmente relevante refletir sobre o “direito ao desligar”.

**A pertinência desta problemática tem tendência a aumentar, pelo que a sua consideração na negociação coletiva, assim como um amplo esclarecimento e conhecimento, em termos de formação, deve ser implementada.**

### Teletrabalho

No que respeita ao teletrabalho, o **SINTAP** reconhece que é uma modalidade de prestação de trabalho que poderá fomentar uma melhor conciliação entre a vida profissional e familiar dos trabalhadores, mas que **apenas poderá ser considerada sempre que esse regime laboral garanta todos os direitos a todos os trabalhadores que a adotem**, não deixando quaisquer margens para que esses trabalhadores possam vir a ter piores condições de trabalho do que aquelas que têm aquando do desempenho de funções em regime presencial.

**O direito a desligar e a necessidade de se apurar com alguma acuidade os acréscimos de custos que esta modalidade de prestação de trabalho pode acarretar para os trabalhadores são dois dos temas que mais exigem uma urgente regulamentação.**

Urge por isso que seja desenvolvido um processo negocial sério e que resulte numa regulamentação que concilie as necessidades produtivas de cada serviço ao mesmo tempo que salvaguarde os direitos dos trabalhadores.

Lisboa, 12 de outubro de 2020