

O trabalho híbrido está a criar novas formas de intimidade

A mudança no trabalho acelerou com a pandemia. Combinar trabalho remoto com trabalho presencial oferece novas possibilidades de coabitação aos casais que teriam de viver em cidades ou mesmo países distintos

Ana Cristina Pereira Texto
Nuno Ferreira Santos Fotografia

A ideia surgiu na cabeça de Vanessa Ventura quando se apaixonou por Paulo Marques, que morava a mais de 300 quilómetros. Muitas pessoas vivem relações à distância em nome de um trabalho que exige a sua presença. E se ela fizesse mais trabalho à distância para que a relação pudesse ser mais presencial?

Foi mesmo antes da covid-19. O teletrabalho ainda não suscitava o debate público. Muito menos o modelo híbrido, misto de trabalho presencial com trabalho remoto, que agora tantos apresentam como uma chave da conciliação entre vida pessoal, familiar e laboral – como o futuro.

Não era uma novidade absoluta na vida de Vanessa, diretora executiva de uma produtora de animação, agora com 47 anos. Os estúdios, no Porto, eram pequenos. E dava-lhe jeito o silêncio da sua casa, na Póvoa de Varzim, para tratar de assuntos que exigiam maior concentração. Uma vez ou outra, lá ficava um ou dois dias em casa. Paulo, 44 anos, não tinha esse tipo de flexibilidade. Dava aulas de História numa escola da Amadora.

Vanessa propôs alternar uma semana de trabalho presencial com outra de trabalho remoto, não de forma rígida, mas conforme as necessidades dos projetos

de animação. “Era uma coisa provisória. Íamos testar isso. Se não desse, no limite, faria a viagem quase todos os dias.”

O grande teste colectivo

Entregou a velha casa a 14 de Março de 2020. Conduziu até à nova casa, no centro da Encarnação, em Mafra. O medo da covid-19 já era tal que teve de entregar a chave dentro de um saco. No dia 18, o Presidente da República, Marcelo Rebelo de Sousa, anunciou o primeiro Estado de Emergência. De repente, ordem de confinamento, teletrabalho testado em massa. E eles em lua-de-mel. “Estávamos muito contentes por estarmos juntos”, recorda. “Fazíamos jantares românticos.” Até se sentiam um bocadinho culpados por estarem tão felizes, enquanto o coronavírus se propagava lá fora.

Com o tempo, perceberam que o trabalho remoto exige mais do que boas cadeiras e melhor ligação à Internet. A casa era minúscula. “Eu tinha um espacinho próximo da sala. Ouvia-o a dar aulas de História. Revi uma série de matérias”, ri-se ela. Livre do cá e lá, Paulo ganhava duas horas por dia, provocava menos poluição atmosférica, mas andava esgotado. Preparação, aulas, reuniões, grupos de *WhatsApp* para cada turma. “Estavam sempre a falar comigo”, diz ele. “As dez da noite estava a receber mensagens. Não havia limite.”

Essa mudança brusca em termos laborais levou alguns casais ao con-

sultório da terapeuta Luana Cunha Ferreira. “Há uma grande diferença entre casais sem filhos e casais com filhos”, observa. Os sem filhos revelaram satisfação. “Organizam as suas rotinas de forma mais eficaz.” Os com filhos, sobretudo pequenos, nem por isso. “Nos casais heterossexuais, continua a ver-se a mesa inclinada. As tarefas [relacionadas com a casa e os filhos] escorregam mais para a mulher. Aí tenho visto muito stress.” E isso tem efeitos no bem-estar, na relação, na *performance* laboral.

A evolução da crise sanitária abriu a porta ao modelo híbrido. E nesse, Luana Cunha Ferreira só tem visto benefícios. “Esta coisa de ir uns dias para o escritório e ficar outros em casa, embora possa ser um desafio em termos logísticos, ajuda a conciliar [a vida pessoal, familiar e laboral]. Tenho clientes que passam três horas por dia no carro. Ter essas três horas dá-lhes a sensação de que têm maior autoria sobre a sua vida.”

Acelerador de coabitação

As relações à distância nem sempre são uma inevitabilidade. Num estudo feito na Bulgária, em Inglaterra, na Noruega e em Portugal, Ana Cristina Santos e outros investigadores identificaram cinco tipos: “por escolha (a coabitação é vista como um obstáculo ao bem-estar, associado a valores como a autonomia e o autocuidado); temporárias (um elemento aceita um trabalho temporário noutra cidade); de transição (um passo prévio para



Vanessa Ventura e Paulo Marques testaram o trabalho híbrido mesmo antes



A proximidade física não está desligada da proximidade emocional; elas retroalimentam-se

Luana Cunha Ferreira
Psicóloga

uma relação mais estável); ambivalentes (quando não existe uma posição sobre o tema, nem se antevê alteração); e não reconhecidas (por razões culturais ou outras, a relação é vista como impossível noutros moldes).” Todos, explica a investigadora do Centro de Estudos Sociais da Universidade de Coimbra, comportam desafios. Desde logo na gestão do quotidiano.

O trabalho sempre levou pessoas para outras cidades, países ou mesmo continentes. Em tempo de crise, lembra aquela socióloga, as relações à distância até tendem a aumentar. Uma maior precarização do trabalho pode levar a aceitar um emprego fora da habitual zona de residência. E “a flexibilização dos modelos laborais tem estado na ordem do dia”.



es de a pandemia começar

Tudo isso tem consequências “ainda por estudar no campo da cidadania íntima”.

No seu consultório, Luana Cunha Ferreira vai percebendo como “a portabilidade do trabalho pode funcionar como acelerador da coabitação”. “Casais que demorariam mais a juntar-se decidem viver juntos”, exemplifica. Se o teletrabalho pode pôr fim à distância, o trabalho híbrido faz com que encontrem novas formas de coabitação ou, pelo menos, de passar mais tempo ao lado um do outro.

“Tenho acompanhado vários casais em que um deles reside no estrangeiro e o trabalho remoto permite mais continuidade”, revela aquela psicóloga, autora de uma tese de doutoramento sobre intimidade

emocional e desejo sexual. “A proximidade física não está desligada da proximidade emocional; elas retroalimentam-se”, salienta. “Há casais que têm uma linguagem emocional que é preferencial e a distância física não tem tanto impacto. E estamos cada vez mais competentes na intimidade digital, o que ajuda. Mas também há casais para os quais o toque, a proximidade física, é muito relevante. E esses vêm-se em apuros para manter a proximidade, se não houver a parte física.”

Ana Luísa Soares, de 50 anos, viaja este domingo para junto do marido, um ano mais novo. Formado em Engenharia Mecânica e Gestão Industrial, viu o posto de trabalho extinto. Concluiu um curso de CNC Robótica, inscreveu-se nas plataformas interna-



Estávamos muito contentes por estarmos juntos. Fazíamos jantares românticos

Vanessa Ventura
Directora executiva

cionais de emprego, recebeu propostas de diversos países e rumou à Dinamarca. Muitos lhes disseram que tanta distância ia acabar em divórcio, mas eles preferiram encarar a nova situação como “um desafio”. “Gosto muito de viajar”, diz ela.

Com a pandemia, o movimento teve de ser reduzido ao essencial. Isso impediu Ana Luísa de viajar tanto como queria, mas também lhe deu a possibilidade de ficar na Dinamarca durante mais tempo. Tinha tirado uma licenciatura em Estudos Europeus. Abriu caminho no mercado de trabalho na área do Direito. E estava a tirar uma licenciatura em Solicitadoria em horário pós-laboral. Com a possibilidade de teletrabalho e de ensino *online*, podia organizar-se de outra forma.

“Eu trabalho por conta de outrem, mas tenho muita autonomia”, explica Ana Luísa. Diria que mais de 90 por cento do seu trabalho faz-se hoje em dia *online*. “Há algum trabalho a nível de registos que obriga a ir às finanças, à conservatória, mas, se for preciso, tenho rectaguarda, tenho quem me possa substituir.”

Uma vez na Dinamarca, procura fazer o horário do marido, que trabalha das 15h30 às 22h. Atendendo ao fuso horário, o dia começa uma hora antes. “Quando as pessoas me começam a ligar já fiz a minha caminhada, já estive com ele. Ele vai trabalhar e eu fico sozinha até às 23h ou às 24h e posso gerir o meu tempo.”

A descendência já vai dispensando cuidados. A filha, Ana Luís, estuda design, está este ano em Itália. O filho, Hugo, mora com a mãe em Aveiro, está a terminar o secundário. “Ainda é menor, o que me obriga a estar mais perto. Quando ele entrar na universidade, vou ficar mais liberta. Claro que continuarei a apoiá-lo, mas ele vai ser mais autónomo. E eu espero fazer mais viagens do que nos últimos dois anos.”

Casal em último

O novo regime de teletrabalho pressupõe um acordo entre trabalhador e empregador. O trabalhador só pode exigir ficar em casa se tiver filhos com até três anos de idade; ou até aos oito, mas neste caso apenas se a empresa tiver 10 ou mais trabalhadores, houver partilha entre progenitores, só um tiver emprego compatível com teletrabalho ou a família for monoparental. Também o pode fazer se tiver estatuto de cuidador informal não principal, mas aí o empregador pode recusar, invocando “exigências imperiosas do funcionamento da empresa”. Uma relação à distância não é motivo.

“O casal fica sempre para último”, interpreta Luana Cunha Ferreira. Parece-lhe “curioso” que a legislação espelhe isso. “Muitas vezes, dizem-me: ‘O meu companheiro é a pessoa mais importante da minha vida.’ Eu peço para ver, na agenda, onde está o tempo dedicado ao casal e as pes-

soas ficam muitas vezes surpreendidas. Percebem que o que conseguem dar ao outro são ‘os restos’. Primeiro o trabalho, os filhos, as tarefas domésticas, ajudar um amigo aflito, telefonar a alguém que faz anos e só no fim o casal. Um casal para sobreviver precisa de mais investimento.”

Na opinião de Ana Cristina Santos, esta é “uma questão central”. “Historicamente, as chamadas políticas de conciliação são centradas na mulher, na ideia de casal heterossexual, monogâmico e coabitante, e na prestação de cuidados aos filhos e filhas.” Compreende que, num momento inicial, tenha sido dessa maneira, mas não que continue a sê-lo em 2022. “De todas as medidas na área da igualdade, espera-se uma função pedagógica que permita a defesa intransigente da diversidade relacional. Não basta omitir como forma de enquadrar; é preciso nomear de forma a reconhecer.”

Vanessa e Paulo passaram o teste. Casaram-se. Mudaram-se para uma casa maior, em Coruche. “Eu queria uma casa com espaço exterior. Já era um sonho antigo”, explica ela. Ele acompanhou-a nesse sonho. Moram numa casa térrea com terreno em redor. Cuidam dos seus dois gatos, que se chamam Blixa e Patti, o que é revelador dos seus gostos musicais. Plantam cenouras, curgetes, alfaces, pimentos, tomates, lúcia-lima, hortelã, alecrim e outras ervas aromáticas.

Paulo já não viaja cerca de uma hora até ao trabalho na Amadora. Concorreu para Coruche, Montemor, Almeirim, Santarém. E ficou mais perto de casa. Dá aulas em Coruche e Santarém. E está feliz com o regresso do ensino presencial. “Quando estou em casa, não estou a trabalhar. Tenho a minha vida.”

Para Vanessa é mais difícil traçar a fronteira entre vida pessoal e vida profissional. Semana sim, semana não, viaja três horas até aos estúdios da Animais. “Temo que com o tempo isto gere cansaço.” A logística também tem os seus quês. “A minha casa passou para Coruche. Quando estou a trabalhar no Porto, fico em casa dos meus pais, em Vila do Conde, ou da minha irmã, no Porto.” Para já, tudo faz sentido. “De hoje para amanhã posso mudar de ideias e querer fazer outra coisa, mas, enquanto gostar do que faço e das pessoas para quem trabalho, quero manter o meu trabalho.”

Paulo sabe que mais tarde ou mais cedo Vanessa pode querer parar este vaivém. E admite ser ele a mudar-se. “Posso pedir a transferência para o Porto.” Tem dois filhos, um com 16 e outro com 13, que moram no Seixal, mas isso não o trava. “Sempre foi assim, isto é, fins-de-semana e férias.” Havendo vontade, haverá caminho.



Abrir portas onde se erguem muros

Director: Manuel Carvalho Segunda-feira, 7 de Fevereiro de 2022 • Ano XXXII • n.º 11.607 • edição Lisboa • Assinaturas 808 200 095 • 1,40€



Bicampeão europeu
Portugal é a actual potência do futsal
Desporto, 36

Quase mil médicos de família vão atingir este ano a idade de reforma

Saúde Vai haver em 2022 um pico de aposentações • Cada médico de família tem hoje menos utentes, em média, do que em 2015 • Número de pessoas sem médico de família em risco de crescer Destaque, 2 a 4



Ucrânia
EUA à espera de guerra, europeus ainda acreditam na diplomacia

Mundo, 18/19

Passageiros

Metro de Lisboa e Transtejo são os que menos recuperaram

Transportes recuperaram passageiros, mas Metro de Lisboa e Transtejo ficam para trás Economia, 22/23

Lavagem de dinheiro

Justiça bloqueia transacções bancárias de 560 milhões

Havia suspeita de lavagem de dinheiro obtido de forma ilícita ou para financiar terrorismo Sociedade, 12

Relações

Trabalho híbrido cria novas formas de intimidade

Trabalho remoto permite maior coabitação a casais que vivem mais afastados Sociedade, 14/15

Obituário

Maria Carrilho, a socialista pioneira na área da Defesa

1943-2022 Ex-deputada e ex-eurodeputada morreu ontem em Lisboa, vítima de leucemia Política, 11

Transplante

MNE resolve visto de mãe de doente ao fim de quatro anos

Isabel, natural da Guiné-Bissau, espera por transplante há oito anos e pela mãe há quatro Sociedade, 13