

Nova pesquisa mostra que a pandemia afetou negativamente a saúde mental dos trabalhadores em todo o mundo e as pessoas estão recorrendo à tecnologia em busca de suporte

2020 foi o ano mais estressante da história para os trabalhadores de todo o mundo e, de acordo com um novo estudo realizado pela Oracle e Workplace Intelligence, uma empresa de consultoria em pesquisa de RH; no Brasil não seria diferente. O estudo contou com mais de 12 mil funcionários, gerentes, líderes de RH e executivos C-level em 11 países, descobriu que a pandemia do COVID-19 aumentou o estresse, a ansiedade e o esgotamento no local de trabalho para pessoas em todo o mundo, e eles preferem a ajuda de robôs em vez de outras pessoas.

COVID-19 impactou negativamente a saúde mental da força de trabalho brasileira

Pessoas em todo o mundo estão lutando contra o aumento dos níveis de ansiedade e depressão no trabalho devido ao COVID-19 e os trabalhadores brasileiros são os que mais perdem o sono de acordo com os resultados.

- 70% dos brasileiros tiveram mais estresse e ansiedade no trabalho este ano em comparação com qualquer outro ano anterior.
- Este aumento afetou negativamente a saúde mental de 73% dos trabalhadores brasileiros.
- Os brasileiros são os que mais perdem o sono devido ao estresse e ansiedade relacionados ao trabalho (53%), em comparação com 40% no mundo todo.
- As novas pressões apresentadas pela pandemia global foram adicionadas aos fatores estressores diários do local de trabalho, incluindo a pressão para atender aos padrões de desempenho (44%), lidar com tarefas rotineiras e tediosas (46%) e lidar com cargas de trabalho imprevisíveis (39%).

Problemas de saúde mental no trabalho estão afetando negativamente a vida pessoal dos profissionais

A pandemia global acentuou os problemas de saúde mental no local de trabalho e o impacto não se limitou à vida profissional – as pessoas também estão sentindo os efeitos em casa.

- 90% dos brasileiros e 85% dos trabalhadores globais dizem que problemas de saúde mental no trabalho (estresse, ansiedade e depressão) afetam sua vida doméstica.
- À medida que as fronteiras entre os mundos pessoal e profissional se tornam cada vez mais confusas, 42% dos brasileiros e 35% dos entrevistados globais estão trabalhando mais de 40 horas extras por mês e 21% dos trabalhadores brasileiros estão passando pela experiência da síndrome de Burnout.
- Apesar das desvantagens percebidas do trabalho remoto, as pessoas (63% do Brasil e 62% da força de trabalho global) consideram o trabalho remoto mais atraente agora do que antes da pandemia.

Os funcionários querem ajuda e estão usando a tecnologia ao invés das pessoas

As pessoas querem mais da tecnologia do que ferramentas de colaboração e, por isso, querem que a tecnologia apoie sua saúde mental:

- Apenas 14% dos trabalhadores brasileiros preferem humanos a robôs para apoiar sua saúde mental, pois acreditam que os robôs fornecem uma zona de teste livre (46%), uma saída imparcial para compartilhar problemas (31%) e respostas rápidas a perguntas relacionadas à saúde (30%).

- 68% da força de trabalho global prefere falar com um robô sobre estresse e ansiedade em vez de seu gerente – enquanto no Brasil esse número é de 64%.
- A grande maioria dos entrevistados (86% do Brasil e 80% dos entrevistados globais) está aberta a ter um robô como terapeuta ou conselheiro.
- 87% dos entrevistados brasileiros disseram que a IA ajudou sua saúde mental no trabalho. Os principais benefícios observados foram fornecer as informações necessárias para fazer seu trabalho com mais eficácia (42%), automatizar tarefas e reduzir a carga para evitar a síndrome de Burnout (41%) e reduzir o estresse ajudando a priorizar tarefas (34%).
- AI também ajudou metade dos brasileiros a encurtar a semana de trabalho. 72% disseram que a tecnologia de IA aumenta a produtividade (63% globalmente), melhora a satisfação no trabalho (62% para o Brasil e 54% globalmente) e melhora o bem-estar geral (58% do Brasil e 52% globalmente).

Os problemas de saúde mental no trabalho não estão desaparecendo e não podem ser ignorados

Funcionários em todo o mundo esperam que seus empregadores apoiem mais a saúde mental e, se essa ajuda não for fornecida, terá um impacto profundo na produtividade global, bem como na vida pessoal e profissional da força de trabalho em todo o mundo.

Fonte: Saúde Business, em 08.10.2020