



O TELETRABALHO NO BRASIL: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA DA LITERATURA¹

TELEWORKING IN BRAZIL: A SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW

TELETRABAJO EN BRASIL: UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA DE LA LITERATURA

Sawoniely Valério Ortolane²

Resumo

Dada a difusão do teletrabalho e a necessidade de estudo acerca das vantagens e desvantagens dessa nova modalidade laboral, especialmente para fundamentar tomada decisões acerca de sua implantação nas instituições, esta pesquisa buscou analisar a produção científica sobre o teletrabalho após a sua

¹Resumo apresentado ao GT Trabalho Decente, Precarização e Economia Digital, no VI Congresso Internacional DHJUS – Futuros Possíveis. Programa de Doutorado e Mestrado Profissional Interdisciplinar em Direitos Humanos e Desenvolvimento da Justiça.

²Graduada em Direito pela Universidade Federal de Rondônia (UNIR). Mestranda do Programa de Pós-Graduação Profissional Interdisciplinar Direitos Humanos e Desenvolvimento da Justiça pela Universidade Federal de Rondônia (UNIR), Porto Velho - RO. E-mail: sawoniely15@hotmail.com. Lattes: <https://lattes.cnpq.br/9906566214508995>. ORCID: 0009-0009-1596-0585.



adoção no regime jurídico brasileiro, a partir da Reforma Trabalhista, para identificar os principais atributos do trabalho remoto, por meio de uma revisão sistemática e bibliográfica da literatura, utilizando as diretrizes do PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses). Os resultados encontrados demonstram que o teletrabalho possui como principais benefícios a desnecessidade de deslocamento, a flexibilidade de horários, a possibilidade de promoção do equilíbrio entre vida familiar e profissional, a diminuição dos níveis de estresse, e o aumento da autonomia do teletrabalhador. No entanto, o isolamento, a ausência de controle de jornada e a tendência à sobrecarga de trabalho são apresentados como os principais desafios.

Palavras-chave: Teletrabalho; Trabalho remoto; *Home office*. Revisão sistemática.

Introdução

Na era da sociedade digital, dentre as várias modificações observadas nas formas de organização do trabalho, uma das mais significativas foi a ampliação do teletrabalho — modalidade de trabalho em que as atividades são desempenhadas pelo trabalhador fora do ambiente físico da instituição, com apoio de ferramentas tecnológicas (Neto; Cavalcante, 2018).

Embora o teletrabalho não seja uma modalidade nova, este regime somente teve regulamentação jurídica no Brasil no ano de 2017, por meio da edição da Lei n. 13.467, de 13 de junho de 2017, que alterou a Consolidação das Leis do Trabalho (CLT) e trouxe uma definição para o teletrabalho, em seu art. 75-B (Brasil, 2017).



Apesar das muitas vantagens que o trabalho remoto pode oferecer — como a flexibilização da jornada, a redução de custos operacionais e o equilíbrio entre vida pessoal e profissional, essa modalidade também apresenta desafios no que se refere aos seus impactos nas relações interpessoais, na visibilidade institucional do trabalhador, na experiência subjetiva do trabalho e na saúde dos trabalhadores.

Essa pesquisa se justifica em razão da necessidade de mapear os benefícios e desafios do teletrabalho já identificados na literatura, com o objetivo de subsidiar estudos futuros por empresas e órgãos públicos interessados na implementação dessa modalidade de trabalho em suas estruturas organizacionais.

Deste modo, esta pesquisa busca mapear a produção científica existente sobre o teletrabalho, publicada na modalidade de artigo científico após a publicação da Lei n. 13.467, de 13 de junho de 2017, através de uma revisão sistemática e bibliográfica da literatura, a fim de identificar os benefícios e os desafios do teletrabalho.

1. Metodologia.

Esta pesquisa foi realizada no mês de maio de 2025, adotando-se a técnica de revisão sistemática da literatura, utilizando as diretrizes do PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses) para assegurar um processo de revisão sistemática rigoroso e transparente.

Na base de dados Scopus, acessada por meio do portal de periódicos da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior - CAPES, foram utilizadas três expressões-chave na estratégia de busca por publicações



relacionadas ao tema: “home office”, “trabalho remoto”, separadas pelo operador booleano “AND”, e “teletrabalho”.

Para o objeto da pesquisa apenas interessou os trabalhos elaborados na modalidade de artigo científico, publicados após a edição da Lei n. 13.467, de 13 de junho de 2017, voltados às relações jurídicas brasileiras. Assim, não foram considerados os textos publicados antes do ano de 2017, os redigidos em língua estrangeira, ou destinados a retratar relações ou regimes jurídicos do direito comparado.

Após, foram excluídos os textos duplicados, assim como aqueles que não tinham relação com os descritores delimitados. Por fim, foram também excluídos os trabalhos que adotavam como marco temporal o período da pandemia da COVID-19 — pelo fato de tais estudos se referirem a um contexto emergencial e excepcional que poderia distorcer a análise das condições laborais remotas típicas — e os que tratam do serviço prestado remotamente, uma vez que se concentram na atividade-fim e não no processo de trabalho. Ao final, a pesquisa consolidou oito trabalhos alinhados ao escopo desta revisão.

2. Resultados obtidos.

As principais vantagens abordadas pela literatura, entendidas como aquelas que foram mencionadas pelo menos três vezes, são: a) desnecessidade de deslocamento; b) flexibilidade de horários; c) redução do estresse; d) maior contato com a família; e e) maior autonomia do trabalhador. Os desafios relevantes incluem: a) isolamento social; b) tendência a uma sobrecarga de trabalho; e c) ausência de



controle de jornada (Almada; Chweih, 2020), (Ceribeli et al., 2023), (Cord; Moresi, 2025), (Filho; Pereira, 2020), (Leal; Rodrigues, 2020), (Salvagni; Lagemann; Veronese, 2023), (Silva, 2022), (Soares; Wanderley, 2024).

Da leitura dos periódicos também foi constatada que os atributos do teletrabalho ora se qualificam como benefícios, ora se configuram como problema. A exemplo disso, cita-se a característica de melhor conciliação entre vida privada e vida profissional, listado por alguns autores como uma qualidade positiva, mas também visualizada como um desafio (Salvagni; Lagemann; Veronese, 2023) (Ceribeli et al., 2023) (Cord; Moresi, 2025). Isso porque ao mesmo tempo que a família fornece um suporte emocional relevante ao teletrabalhador, também pode ser fonte de interrupções, causando sobreposições de trabalho, e fazendo com que o trabalhador esteja integralmente ligado às funções do trabalho e aos problemas familiares, simultaneamente.

Outro ponto relevante comum encontrado nos textos é a necessidade de regulamentação quanto aos custos operacionais do teletrabalho, de forma que não seja atribuída ao trabalhador os custos da atividade econômica explorada pelo trabalhador, tal como consta no art. 75-D, da CLT (Filho; Pereira, 2020) (Leal; Rodrigues, 2020), despesas que inevitavelmente são suportadas pelo trabalhador com a realização do trabalho nas suas dependências privadas (Salvagni; Lagemann; Veronese, 2023).

Já em relação ao problema do isolamento social, a literatura sugere que os gestores promovam o suporte adequado, com a elaboração de estratégias de acompanhamento do trabalho e avaliação do desempenho (Ceribeli et al., 2023).



Essa conclusão reforça a afirmação de que a implementação do teletrabalho deve ser precedida de estudos específicos sobre a realidade da instituição que tenha interesse na adoção desse regime de trabalho em suas dependências, além de estudos sobre a necessidade dos trabalhadores e a capacidade deles de se adaptarem ao contexto de trabalho remoto.

Conclusão

De modo geral, a literatura indica que a adoção do teletrabalho exige um estudo prévio sobre a viabilidade de sua implantação em cada organização que pretende implementá-lo como modalidade de trabalho, dadas as peculiaridades de cada organização e de cada trabalhador.

Não se pode ignorar também que a adoção do teletrabalho pode não ser recomendada a todos os sujeitos, devendo sua implementação ocorrer de forma individualizada, precedida da observância das necessidades organizacionais e das habilidades pessoais subjetivas do trabalhador.

De todo modo, os desafios apontados pela literatura permitem a adoção de práticas destinadas às suas mitigações, e o teletrabalho se apresenta como regime propiciador da qualidade de vida do trabalhador e da eficiência da prestação da atividade, devendo ser incentivada a sua implantação, sobretudo porque na relação de trabalho deve predominar o melhor interesse entre as partes.



Referências

ALMADA, Daniela Faria; CHWEIH, Samira Zeinedin. **O teletrabalho e sua aplicabilidade nos tempos atuais**. [s. l.], v. 4, n. 29/2020, p. 241–263, 2020.

BRASIL. **Decreto-Lei n. 5.452, de 1º de maio de 1943**. Aprova a Consolidação das Leis do Trabalho (CLT). Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/decreto-lei/del5452.htm. Acesso em: 06 jan. 2025.

BRASIL. **Lei nº 13.467, de 13 de junho de 2017**. Altera a Consolidação das Leis do Trabalho (CLT), aprovada pelo Decreto-Lei nº 5.452, de 1º de maio de 1943, e as Leis nº 6.019, de 3 de janeiro de 1974, 8.036, de 11 de maio de 1990, e 8.212, de 24 de julho de 1991, a fim de adequar a legislação às novas relações de trabalho. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2015-2018/2017/lei/l13467.htm. Acesso em: 06 jan. 2025.

CERIBELI, Harrison Bachion, et al.. Teletrabalho no Serviço Público: um Estudo Longitudinal com Técnicas(os) Administrativas(os) de uma Universidade Federal Brasileira. **Revista de Globalização, Competitividade e Governabilidade**, [s. l.], v. 18, n. 2, p. 83–97, 2 nov. 2023. <https://doi.org/10.58416/GCG.2024.V18.N2.05>.

CORD, Patrícia Maria; MORESI, Eduardo Amadeu Dutra. Trabalho remoto e produtividade: análise exploratória da percepção dos respondentes usando o CHATGPT. **New Trends in Qualitative Research**, [s. l.], v. 21, n. 1, p. e1210, 5 fev. 2025. <https://doi.org/10.36367/ntqr.21.1.2025.e1210>.

FILHO, Fulgêncio De Lima; PEREIRA, Eddila Karina Gomes. Precarização das relações laborais: análise crítica sobre as disposições do teletrabalho na lei 13.467/2017. **Revista de Direito**, [s. l.], v. 12, n. 01, p. 01–19, 12 maio 2020. <https://doi.org/10.32361/202012019871>.

LEAL, Carla Reita Faria; RODRIGUES, Débhora Renata Nunes. A precarização do trabalho na era digital e seu impacto no equilíbrio laboral-ambiental. **Veredas do**



Direito: Direito Ambiental e Desenvolvimento Sustentável, [s. l.], v. 17, n. 38, p. 137–165, 16 set. 2020. <https://doi.org/10.18623/rvd.v17i38.1789>.

LIBERATI, Alessandro, et al. **PRISMA 2020 explanation and elaboration: updated guidance and exemplars for reporting systematic reviews**. *BMJ* 2021;372:n160. doi: <https://doi.org/10.1136/bmj.n160>

MOHER, David, et al. PRISMA Group. **The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews**. *BMJ*. 2021;372:n71. doi: <https://doi.org/10.1136/bmj.n71>

NETO, Francisco Ferreira Jorge; CAVALCANTE, Jouberto de Quadros Pessoa. **Direito do Trabalho**, 9ª edição. Grupo GEN, 2018. E-book. ISBN 9788597018974. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788597018974/>. Acesso em: 15 jan. 2023.

SALVAGNI, Julice; LAGEMANN, Vitória; VERONESE, Marília Veríssimo. A relação entre maternidade e trabalho no contexto de *home office*. **Revista Conhecimento Online**, [s. l.], v. 2, p. 95–116, 17 ago. 2023. <https://doi.org/10.25112/rco.v2.3323>.

SILVA, Isadora Gonçalves. A jornada no contrato de trabalho e suas repercussões para o empregado. **Revista do CAAP N. 1**, [s. l.], v. 27, p. 1–22, 2022.

SOARES, Maria Eduarda; WANDERLEY, Raphaela. A inteligência emocional das chefias é relevante em contexto de teletrabalho? **Revista Ibérica de Sistemas e Tecnologias de Informação.**, [s. l.], v. E68, n. 1–2, p. 485–498, abr. 2024.