

# O trabalho remoto torna a vida familiar mais fácil?

A resposta não é assim tão simples. Este testemunho mostra como uma família de Milão enfrenta os desafios de cada dia a partir de uma perspectiva cristã.

22/02/2022

Conciliar o tempo em família com o tempo de trabalho nunca é fácil: o ritmo de muitos trabalhos atuais é frequentemente veloz e requer que

se esteja disponível à noite ou aos fins de semana. Isto também pode acontecer quando o trabalho é remoto e feito inteiramente em casa. Este é o caso de Yhidad e Laerte, um casal com dois filhos que mora e trabalha em Milão.

“Temos trabalhado em *smartworking* desde que a pandemia da Covid-19 começou, e desde então não regressámos ao escritório”, dizem eles. Quando a pandemia entrou em força, Yhidad, que trabalha para uma grande empresa internacional de serviços informáticos, estava terminando a sua licença de maternidade pelo nascimento do seu segundo filho: “Adoro realmente o meu trabalho e mal podia esperar para voltar para o escritório. Inicialmente, custou-me um pouco não poder voltar”.

Nessa altura, muitos dos que puderam continuar a trabalhar

fizeram-no em *home office*, e este foi também o caso de Laerte. Além disso, como as empresas tiveram de se adaptar à nova situação, a quantidade de trabalho aumentou subitamente: “Os primeiros dias de isolamento foram difíceis, diz Yhidad, “e Laerte viu-se obrigado a trabalhar longas horas num quarto, enquanto eu cuidava do bebê e tentava ajudar o mais velho, que vai para a creche, com o ensino a distância. Retomar o trabalho nesse contexto era pesado: depois de ter estado comigo durante tanto tempo, era difícil para as crianças separarem-se naquelas horas em que eu tinha trabalho para fazer. As chamadas de trabalho estavam sempre chegando sem respeitar os horários de trabalho. Foram dias difíceis”.

“Agora, felizmente, a situação está mais calma”, diz Laerte. “O apoio da avó e a reabertura das escolas estão

ajudando-nos a encontrar um ritmo mais equilibrado. Juntamente com os nossos colegas, decidimos bloquear determinados horários em que não podemos participar em reuniões, para termos tempo para levar as crianças à creche e, sobretudo, para almoçarmos juntos. Durante o primeiro período de isolamento, às vezes só nos vimos à noite, apesar de estarmos na mesma casa”.

Trabalhar em casa, uma vez atingido o equilíbrio, pode tornar-se uma oportunidade: “Poupa tempo de viagens”, acrescenta Laerte, “e é mais fácil cuidar dos muitos pequenos trabalhos que a gestão familiar exige. Ainda é necessária uma certa dose de multitarefa: “Vejo-me alimentando o pequeno ou trocando fraldas durante as reuniões”, diz Yhidad, “mas a grande vantagem de ter um contato mais próximo com os nossos filhos é que eles nos lembram constantemente quais são as

prioridades. Para alguém que, como eu, se preocupa com a sua carreira, isso equilibra muito”.

Em qualquer caso, numa situação como a de Yhidad e Laerte, não existem truques especiais para gerir o núcleo familiar. O segredo, segundo os dois, é “fazer as coisas com amor”. Quando algo nos pesa, pensar por quem estamos fazendo isso torna-o mais leve. Talvez não fôssemos capazes de fazer isso sem a ajuda do Senhor. Os encontros semanais de formação cristã, tais como o círculo (uma conversa sobre um tema de fé) trazem-nos lições para a vida cotidiana. Ouvir uma palavra ajuda-nos a enfrentar a semana com todas as suas dificuldades”.

---

---

pdf | Documento gerado  
automaticamente de [https://  
opusdei.org/pt-br/article/o-trabalho-  
remoto-torna-a-vida-familiar-mais-facil/](https://opusdei.org/pt-br/article/o-trabalho-remoto-torna-a-vida-familiar-mais-facil/)  
(29/01/2026)