

# **Viver a alegria do amor na família (II): O trabalho remoto torna a vida familiar mais fácil?**

A resposta não é assim tão simples. Por ocasião do Ano da Família convocado pelo Papa Francisco, oferecemos uma série de testemunhos de famílias que vivem os desafios de cada dia a partir duma perspetiva cristã.

06/11/2021

Conciliar o tempo em família com o tempo de trabalho nunca é fácil: o ritmo de muitos dos 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 deslocalizado e feito inteiramente a partir de casa. Este é o caso de Yhidad e Laerte, um casal com dois filhos que vive e trabalha em Milão.

«Temos trabalhado em *smartworking* desde que a pandemia de 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 a terminar a sua licença de maternidade devido ao 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 desta forma, 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 bebé 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 a chegar 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 a ajudar-nos a encontrar um ritmo mais equilibrado. Juntamente com os nossos colegas, decidimos bloquear determinados horários em que não podemos participar em reuniões, de modo a termos tempo para levar as crianças à creche e, sobretudo, para almoçarmos juntos. Durante o primeiro período de isolamento, por vezes só nos vimos à noite, apesar de estarmos na mesma casa».

Trabalhar a partir de casa, uma vez atingido o equilíbrio certo, 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: «Dou

comigo a alimentar o pequeno ou a mudar-lhe a fralda durante as reuniões – diz Yhidad –, mas a grande vantagem de ter um contacto 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 agregado familiar. O segredo, segundo os dois, é «fazer as coisas com amor. Quando algo nos pesa, pensar por quem o estamos a fazer torna-o mais leve. Talvez não o pudéssemos fazer sem um tempo com o Senhor. Os encontros semanais de formação cristã, tais como o círculo (uma conversa sobre um tema de fé) trazem-nos lições para a vida quotidiana. Ouvir uma palavra ajuda-nos a enfrentar a

semana com todas as suas dificuldades».

---

## **Meditar com o Papa Francisco**

*A aliança de amor e fidelidade, vivida pela Sagrada Família de Nazaré, ilumina o princípio que dá forma a cada família e a torna capaz de enfrentar melhor as vicissitudes da vida e da história. Sobre este fundamento, cada família, mesmo na sua fragilidade, pode tornar-se uma luz na escuridão do mundo. “Aqui se aprende (...) uma lição de vida familiar. Que Nazaré nos ensine o que é a família, a sua comunhão de amor, a sua austera e simples beleza, o seu carácter sagrado e inviolável; aprendamos de Nazaré como é preciosa e insubstituível a educação familiar e como é fundamental e incomparável a sua função no plano*

*social” (Paulo VI, Alocução em  
Nazaré, 5 de janeiro de 1964)*

*(Amoris Laetitia, 66)*

---

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