

Leia com atenção o texto seguinte e responda às perguntas.

Como trabalhar sem sair de casa

O teletrabalho pode ser vantajoso para as empresas, que reduzem os custos, e para o trabalhador, que ganha qualidade de vida.

Carlos Sardo vive em Aveiro e trabalha na IBM no Porto. A distância entre as duas cidades rouba hora e meia por dia a quem faz o percurso de ida e volta. No final do ano, são 390 horas, ou seja, um mês e meio de trabalho que se perde no trânsito. E nem sequer¹ é possível contabilizar as indisposições e o *stress* que isso provoca. Há dias em que tem uma reunião no início² da manhã e outra já depois da hora de jantar, mas não tem de estar no escritório no Porto. Há cerca de meio ano aderiu ao teletrabalho e passa a maioria dos dias em casa, não falhando um jantar com a família.

Ana Soares levanta-se cedo todos os dias, faz ginástica, toma duche e arranja-se. A diferença em relação à maioria das pessoas é que não sai de casa para trabalhar. Agarra-se ao computador que está equipado com todos os programas de que precisa, telefona para a empresa, quando é necessário, e mete mãos à obra. O teletrabalho traz-lhe uma qualidade de vida que antes não sonhava ser possível. Todavia, o isolamento é para Ana o único aspecto negativo de exercer a profissão em casa. Ela diz : “Não sinto falta de conviver, mas de pessoas com quem discutir ideias, com quem aprender. É o único grande inconveniente do teletrabalho.”:

Diad³, 07 / 11 / 05
(Adaptado)

¹ Nem sequer : *même pas*

² O início = o começo

³ Diad = Suplemento do jornal diário português *Público*