

Trabalhar muito ou trabalhar bem? – Por Hélder Almeida da Silva

written by Hélder Almeida da Silva | 13 de Outubro, 2025

OCIDADÃO
Jornalismo Livre

CRÓNICA
Hélder Almeida da Silva



Vivemos numa cultura que glorifica o cansaço. Quem sai tarde é visto como dedicado. Quem responde a e-mails às 3 da manhã de um domingo (de férias!) é considerado um verdadeiro herói corporativo, pronto a receber a ‘Medalha de Mérito do Burnout’. Às vezes parece que o novo símbolo de status é simples: dormir pouco e mostrar olheiras com orgulho. Mas será que trabalhar muito é o mesmo que trabalhar bem?

Durante décadas, fomos educados para associar esforço a valor. “*Quem trabalha muito, merece respeito.*” E é verdade: o esforço merece reconhecimento. Mas será que estamos a confundir esforço com eficácia? Há quem passe o dia em reuniões, responda a mensagens em tempo recorde, esteja sempre

disponível... mas no fim, não avança. E há quem trabalhe com foco, com método, com clareza e produza mais em menos tempo. Quem é mais produtivo?

A produtividade tóxica é aquela que mede o sucesso pelo número de horas na secretária ou em videochamadas (o novo teletrabalho show-off) e não pelos resultados. É a cultura que transforma o estar ocupado numa medalha olímpica e o descanso, num rumor que ouvimos falar em empresas nórdicas. Vivemos em modo sobrevivência, a colecionar tarefas no calendário como quem coleciona selos. O problema é que ninguém pensa bem quando a única pausa é para se questionar: *'Será que me esqueci de respirar?'*

Já vi empresas onde o herói do dia é o indivíduo que chega cedo e sai tarde, o 'bombeiro-mor' que passa o dia a apagar incêndios de papel que ele próprio ajudou a iniciar com a pressa e a falta de método. E também já vi o oposto: quem valoriza o profissional que resolve problemas antes que eles apareçam, mesmo que pareça 'desocupado' (aquele que bebe café com ar contemplativo enquanto o bombeiro-mor corre feito louco).

A verdade é que trabalhar bem exige mais do que esforço. Exige inteligência, organização, capacidade de priorizar. E, acima de tudo, exige espaço mental. Porque ninguém pensa bem quando está sempre a correr.

Talvez por isso, na minha área, a da automação, faça tanto sentido delegar o que é repetitivo a quem não se queixa nem pede aumentos. Os robôs e os algoritmos são ótimos a trabalhar muito. Nós, humanos, devemos focar-nos em trabalhar bem. A robótica não é só uma ferramenta de produção; é a nossa forma de devolver tempo aos humanos. Tempo para pensar, para decidir, para inovar... ou, na pior das hipóteses, tempo para mais uma reunião ineficaz. Mas pelo menos foi uma decisão nossa, e não de um robô.

Trabalhar muito pode ser sinal de empenho. Mas trabalhar bem é sinal de evolução. Talvez o verdadeiro desafio das empresas hoje não seja fazer mais, seja fazer melhor. Ou, para ser mais exacto, é perceber que o seu colega mais cansado não é o mais produtivo, é apenas o mais mal gerido. Porque no fim, não é quem corre mais que chega mais longe. É quem sabe para onde vai, tem energia para lá chegar e, idealmente, chega a horas de jantar com a família.

Afinal, o burnout não é um plano de carreira. É apenas o recibo do que não soubemos gerir.