



Locais de trabalho seguros e saudáveis  
**TRABALHAR COM  
SEGURANÇA E SAÚDE  
NA ERA DIGITAL**



Locais de trabalho seguros  
e saudáveis

# Perspetivas da segurança e saúde no trabalho em plataformas digitais

## Pontos principais

- O trabalho em plataformas digitais é cada vez mais comum na Europa e no resto do mundo.
- Este tipo de trabalho pode representar uma oportunidade para alguns grupos de trabalhadores entrarem no mercado de trabalho ou terem maior flexibilidade.
- Os riscos em matéria de segurança e saúde no trabalho (SST) associados às tarefas realizadas pelos trabalhadores de plataformas digitais são, em grande medida, semelhantes aos associados às mesmas tarefas desempenhadas fora da economia dessas plataformas.
- No entanto, os trabalhadores de plataformas estão expostos a uma série de riscos adicionais diretamente associados à natureza e às condições de trabalho das plataformas digitais.
- Os governos, os responsáveis pelas plataformas de trabalho digitais, os parceiros sociais e os próprios trabalhadores de plataformas introduziram uma série de iniciativas para melhorar a SST.

## Trabalhar com segurança e saúde na era digital

A Agência Europeia para a Segurança e Saúde no Trabalho (EU-OSHA) está a realizar a campanha «Locais de Trabalho Seguros e Saudáveis 2023-2025», à escala europeia, no sentido de sensibilizar para as implicações da utilização de tecnologias digitais para a segurança e saúde no trabalho. Se forem concebidas, implementadas, geridas e utilizadas de acordo com uma abordagem centrada no ser humano, as tecnologias digitais podem ser seguras e produtivas. O objetivo da campanha é estimular a colaboração para uma transformação digital segura e produtiva no trabalho.

## A tendência crescente do trabalho em plataformas digitais

O trabalho em plataformas digitais é uma forma relativamente nova de trabalho possibilitada pelas tecnologias digitais, tais como computadores pessoais, telemóveis inteligentes, aplicações e uma ligação à Internet. O trabalho em plataformas digitais é definido como todo o trabalho remunerado prestado através de ou numa plataforma *online* – um mercado digital que permite fazer corresponder a procura e a oferta de trabalho para a realização de tarefas específicas. Dentro deste conceito, o trabalho pode ser efetuado totalmente *online* ou presencial.

### Trabalho *online* versus trabalho presencial

Trabalho em plataformas digitais *online*: as tarefas são combinadas com os trabalhadores *online* e executadas apenas ou em grande parte virtualmente com a ajuda de um dispositivo eletrónico em qualquer local (sobretudo no domicílio dos trabalhadores). Exemplos de trabalhadores de plataformas *online* incluem moderadores de conteúdos, programadores de software, trabalhadores administrativos e designers gráficos.

Trabalho em plataformas digitais presencial: as tarefas são combinadas com trabalhadores *online*, mas são executadas apenas ou em grande parte no mundo físico, tal como em áreas públicas, na estrada ou nas instalações do cliente. Os trabalhadores de plataformas presenciais incluem estafetas, motoristas, operários, trabalhadores domésticos, enfermeiros e cuidadores.

De acordo com os dados do inquérito da EU-OSHA intitulado “Tomar o pulso à SST” (2022), cerca de 6 % dos trabalhadores na UE27, na Islândia e na Noruega auferiam parte do seu rendimento (3 % dos trabalhadores) ou a maior parte do seu rendimento (3,1 % dos trabalhadores) a trabalhar através de plataformas digitais. Os trabalhadores de plataformas estão mais frequentemente envolvidos numa gama diversificada de setores, tais como tecnologias da informação e comunicação, serviços técnicos e profissionais, comércio, transportes, alojamento, alimentação e serviços de apoio administrativo. Embora a percentagem de mulheres entre os trabalhadores de plataformas esteja a aumentar, elas estão sub-representadas na categoria. O trabalho em plataformas é mais comum entre migrantes e trabalhadores mais jovens, especialmente nos tipos de trabalho mais perigosos.

***Em 2022, cerca de 6 % dos trabalhadores na UE27, na Islândia e na Noruega auferiam parte ou a maior parte do seu rendimento a trabalhar para plataformas digitais.***

## Como o trabalho em plataformas digitais oferece oportunidades

O trabalho em plataformas digitais reduz os obstáculos à entrada e à reinserção no mercado de trabalho e pode aumentar a participação de todos, incluindo pessoas vulneráveis e marginalizadas. Alguns grupos estão sobrerrepresentados entre os trabalhadores inativos e desempregados, como os migrantes, as pessoas com deficiência ou doenças crónicas, e as mulheres. Estes quando trabalham, muitas vezes encontram-se em empregos de baixa qualidade.

Assim, o trabalho em plataformas digitais pode ser uma fonte de rendimento adicional ou alternativa atrativa, uma vez que pode ser combinado com outras formas de trabalho ou com as tarefas de prestação de cuidados a membros da família. Além disso, as plataformas de trabalho digitais tendem a não impor restrições ao número de trabalhadores que se podem inscrever, nem aos perfis dos trabalhadores, exceto no que se refere às competências necessárias para desempenhar a função. Ademais, este tipo de trabalho permite às pessoas desenvolver competências e adquirir experiência, o que pode potencialmente conduzir a empregos com melhores condições.

## Os riscos do trabalho em plataformas digitais

Os riscos em matéria de SST que os trabalhadores de plataformas enfrentam são muito semelhantes aos associados às mesmas tarefas realizadas fora da economia das plataformas. Por exemplo, os trabalhadores de plataformas *online* estão expostos a riscos relacionados com posturas estáticas prolongadas, utilização de equipamento inadequado e utilização de dispositivos digitais.

No entanto, o trabalho nas plataformas implica trabalho adicional, tal como passar tempo à procura de tarefas para trabalhar, e capacidades adicionais, tais como estar familiarizado com as tecnologias necessárias para aceder às plataformas. É também frequente em profissões que, de um modo geral, são de maior risco, como o transporte e a entrega. Há uma série de fatores e condições de trabalho em plataformas digitais que resultam em riscos adicionais para a segurança e saúde dos trabalhadores, tornando mais complexa a sua prevenção e gestão no âmbito da economia das plataformas.



## Riscos específicos do trabalho em plataformas digitais

- **Situação profissional e acordos contratuais ambíguos**

As plataformas de trabalho digitais tendem a classificar os trabalhadores como trabalhadores independentes, o que pode não corresponder às suas condições reais de emprego e de trabalho. O facto de serem trabalhadores independentes torna os trabalhadores das plataformas responsáveis pela sua própria SST, uma vez que, na maioria dos Estados-Membros da UE, a legislação pertinente em matéria de SST se aplica apenas aos trabalhadores por conta de outrem. Além do mais, estes trabalhadores não são normalmente visados pelos serviços de prevenção, monitorização e aplicação da lei, estão excluídos das iniciativas de diálogo social e não são abrangidos pela negociação coletiva.

- **Gestão algorítmica**

As plataformas utilizam gestão algorítmica, ou seja, algoritmos para atribuir tarefas, monitorizar e avaliar o desempenho e o comportamento dos trabalhadores. Esta situação pode comprometer a autonomia, o controlo do trabalho e a flexibilidade dos trabalhadores e pode resultar numa maior carga de trabalho, exaustão, ansiedade e stresse, com um impacto negativo na saúde e no bem-estar. O algoritmo classifica e atribui recompensas ou penalizações aos trabalhadores com base no seu desempenho ou comportamento, o que pode ser emocionalmente exigente. Também vale a pena mencionar que existe frequentemente uma falta de transparência geral sobre a forma como o algoritmo funciona, o que pode contribuir para a insegurança e o stresse, e constituir uma barreira à participação e consulta dos trabalhadores.

- **Isolamento social, locais de trabalho não convencionais e conflitos entre a vida profissional e a vida familiar**

O trabalho em plataformas digitais é realizado sobretudo de forma isolada, por uma mão de obra anónima e dispersa, com uma elevada rotatividade, em locais de trabalho mal adaptados, frequentemente com equipamento inadequado e com fronteiras pouco nítidas entre a vida profissional e a vida privada. Isto pode ter uma série de implicações para a segurança e saúde dos trabalhadores das plataformas. Perturbações do sono, exaustão, stresse, depressão, síndrome do esgotamento profissional, solidão, lesões musculoesqueléticas, acidentes e insatisfação geral com a vida profissional e pessoal são questões frequentemente referidas. O isolamento social dos trabalhadores das plataformas limita a sua organização e, conseqüentemente, o diálogo social, a negociação coletiva e a participação no desenvolvimento de um sistema de gestão da SST. Com uma mão de obra dispersa e a falta de entidades representativas organizadas, é difícil promover a formação, o acesso a serviços e iniciativas de SST, tais como campanhas de sensibilização e prevenção.

- **Insegurança no emprego e no rendimento**

O trabalho em plataformas digitais acarreta uma insegurança significativa em termos de emprego e de rendimento, uma vez que os trabalhadores têm, muitas vezes, pouco ou nenhum controlo, ou poder de negociação, sobre o tempo que podem trabalhar e ganhar por tarefa. A insegurança no emprego e no rendimento são fatores de risco psicossocial reconhecidos neste tipo de trabalho.



# Práticas eficazes para um trabalho seguro e saudável em plataformas digitais

A fim de prevenir os riscos associados ao trabalho em plataformas digitais, os responsáveis pela tomada de decisões públicas, os responsáveis pelas plataformas de trabalho digitais, as associações de plataformas, os parceiros sociais e os próprios trabalhadores das plataformas lançaram várias iniciativas.

## Iniciativas a nível político

**Lei espanhola «Riders»:** introduziu um direito à transparência algorítmica e a presunção de uma relação de trabalho dependente.

**Quadro legislativo italiano e Carta de Bolonha:** a Carta de Bolonha dos Direitos Fundamentais do Trabalho Digital no Contexto Urbano introduziu condições de proteção da SST para o trabalho em plataformas digitais e inspirou iniciativas semelhantes na região do Lácio e em Milão, bem como alterações à legislação nacional.

**Quadro legislativo francês:** um conjunto de leis, como a lei El Khomri sobre a luta contra a fraude e a lei relativa às orientações sobre a mobilidade, concede uma série de direitos e proteção aos trabalhadores de plataformas, como o direito de formar e aderir a um sindicato, o direito a desligar e seguro contra acidentes relacionados com o trabalho.

## Iniciativas de plataformas e associações de plataformas

Glovo, Lyft, DoorDash, Uber, Waymo, Amazon Flex e outras plataformas introduziram uma série de iniciativas para integrar aspetos de SST no funcionamento das suas aplicações e tecnologias. Tal demonstra que as plataformas digitais podem promover ativamente o trabalho seguro e saudável. Exemplos de iniciativas são as linhas diretas, os serviços de assistência, os sistemas de apoio automatizados, as mensagens em matéria de SST, dicas e aconselhamento através de notificações com base em aplicações e sugestões automatizadas relacionadas com a SST, fóruns de grupos empresariais e medidas de segurança interpessoal (por exemplo, ajuda de emergência ou botões de pânico). Outros exemplos incluem a disponibilização de redes de segurança sob a forma de seguros de doença, acidentes e indemnizações, seguros de saúde e de invalidez, licenças de maternidade e de paternidade, juntamente com recursos adaptados de formação e sensibilização em matéria de SST.

## Práticas dos sindicatos e dos trabalhadores de plataformas

Os sindicatos têm estado ativos em toda a Europa, desenvolvendo atividades para promover a prevenção dos riscos em matéria de SST em plataformas. Exemplos disso são registos e observatórios sobre legislação laboral fundamental, diálogo social e regimes voluntários relacionados com as condições de trabalho em plataformas digitais, ferramentas de formação para sindicatos e disponibilização de boas práticas para a prevenção de riscos em matéria de SST. Os trabalhadores de plataformas também têm implementado iniciativas, tais como intercâmbios informais sobre questões relacionadas com o trabalho entre pares. Os fóruns de discussão, as redes sociais e as interações presenciais são os canais mais frequentemente utilizados. Outras iniciativas incluem medidas informais de segurança e precauções para se protegerem dos riscos específicos das tarefas.

## Iniciativas baseadas no diálogo social

Os parceiros sociais negociaram e chegaram a acordo sobre várias iniciativas. Os acordos coletivos de trabalho têm-se revelado uma ferramenta eficaz para garantir a disponibilização de equipamentos de proteção individual aos estafetas, de acordo com as jurisdições nacionais, e para melhorar as condições de trabalho dos trabalhadores de plataformas. Por exemplo, Hilfr, uma plataforma de serviços de limpeza da Dinamarca e o sindicato dinamarquês 3F negociaram um acordo coletivo de trabalho pioneiro que promove o trabalho digno e as prestações por doença, incluindo um complemento de bem-estar económico, que é uma compensação adicional um pouco equivalente ao subsídio de risco atribuído a certas profissões.

## Recursos

Consulte todos os conteúdos relacionados na área prioritária «Trabalho em plataformas digitais»:

<https://healthy-workplaces.osha.europa.eu/en/about-topic/priority-area/digital-platform-work>.

Consulte todas as publicações sobre o tema:

<https://osha.europa.eu/en/publications-priority-area/digital-labour-platforms>.

Secção temática da EU-OSHA sobre a transição digital do trabalho e as suas implicações para SST:

<https://osha.europa.eu/en/themes/digitalisation-work>.

Questões psicossociais e o mundo do trabalho em mudança:

<https://oshwiki.osha.europa.eu/en/themes/psychosocial-issues-changing-world-work>.