



www.adinoel.com

## **Agotamiento digital: cansancio y desgaste ante pico de juntas y trabajo remoto durante pandemia**

### **TEXTO – TAREFA DO ALUNO: COPIAR TEXTO (COPIEM O TEXTO ABAIXO)**

La pandemia del COVID-19 ha sido un gran trastorno para todos, y la nueva normalidad parece cada vez más centrada en el trabajo remoto o híbrido. Por ejemplo, las juntas virtuales, solo a través de la plataforma Teams de Microsoft, se han disparado 148 por ciento.

### **TEXTO – TAREFA DO ALUNO: MARCAR PALAVRAS**

Esta tarefa deve ser realizada antes da leitura e tradução do texto. Vocês devem olhar para o texto e marcar todas as palavras iguais e parecidas com as palavras da língua portuguesa.

### **TEXTO – TAREFA DO ALUNO: LEITURA E TRADUÇÃO**

#### **Agotamiento digital: cansancio y desgaste ante pico de juntas y trabajo remoto durante pandemia**

La pandemia del COVID-19 ha sido un gran trastorno para todos, y la nueva normalidad parece cada vez más centrada en el trabajo remoto o híbrido. Por ejemplo, las juntas virtuales, solo a través de la plataforma Teams de Microsoft, se han disparado 148 por ciento.

Además, más de la mitad de los empleados en el mundo reconocieron sentirse agotados por el exceso de trabajo a distancia, de acuerdo con información del reporte Microsoft Work Trend Index 2021.

De hecho, el informe muestra que una mayor productividad enmascara signos de una fuerza laboral agotada, con casi uno de cada cinco encuestados globales diciendo que sus empleadores no se preocupan por el equilibrio entre el trabajo y la vida y uno de cada dos se siente sobrecargado de trabajo.



[www.adinoel.com](http://www.adinoel.com)

Al comparar las tendencias de colaboración de Microsoft 365 de febrero de 2020 y febrero de 2021, se observa que el tiempo dedicado a Microsoft Teams se ha más que duplicado y la cantidad de correos electrónicos entregados a clientes comerciales y educativos aumentó en 40.3 mil millones.

Sin embargo, las condiciones de trabajo híbridas pueden ofrecer un respiro del agotamiento: China y Australia han pasado más tiempo en sistemas de trabajo remoto y son los únicos países donde el tiempo dedicado a las reuniones no se triplicó año tras año.

Por otra parte, el 54 por ciento se siente con exceso de trabajo. Además, el 39 por ciento se siente agotado. Y billones de señales de productividad de Microsoft 365 cuantifican el agotamiento digital preciso que sienten los trabajadores.

La intensidad digital de los días de los trabajadores ha aumentado sustancialmente, con el número promedio de reuniones y charlas en constante aumento desde el año pasado. El tiempo dedicado a las reuniones de Microsoft Teams se ha más que duplicado (2.5 veces) a nivel mundial y sigue aumentando.

La reunión virtual promedio dura 10 minutos más, aumentando de 35 a 45 minutos. El usuario promedio de Teams envía un 45 por ciento más de chats por semana y un 42 por ciento más de chats por persona fuera del horario de atención, y los chats por semana siguen aumentando.

De acuerdo con el reporte Microsoft Work Trend Index 2021, la cantidad de correos electrónicos entregados a clientes comerciales y educativos en febrero, en comparación con el mismo mes del año pasado, aumentó en 40.6 mil millones.

Asimismo, ha habido un aumento del 66 por ciento en la cantidad de personas que trabajan con documentos. Este aluvión de comunicaciones no está estructurado y en su mayoría no está planificado, con el 62 por ciento de las llamadas y reuniones no programadas o realizadas ad hoc. Y los trabajadores sienten la presión de mantenerse al día.

A pesar de la sobrecarga de reuniones y chats, el 50 por ciento de las personas responden a los chats de Teams en cinco minutos o menos, un tiempo de respuesta que no ha cambiado año tras año. Esto demuestra la intensidad de nuestra jornada laboral, y que lo que se espera de los empleados durante este tiempo, ha aumentado significativamente.

"Durante el año pasado, ningún área ha experimentado una transformación más rápida que la forma en que trabajamos. Las expectativas de los empleados están cambiando y tendremos que definir la productividad de manera mucho más amplia, que incluya la



[www.adinoel.com](http://www.adinoel.com)

colaboración, el aprendizaje y el bienestar para impulsar el avance profesional de cada trabajador", dijo Satya Nadella, CEO de Microsoft.

Fonte: <https://www.elfinanciero.com.mx/tech/agotamiento-digital-cansancio-y-desgaste-ante-pico-de-juntas-y-trabajo-remoto-durante-pandemia> (adaptado)

### **TEXTO – TAREFA DO ALUNO: MONTAR VOCABULÁRIO**

Na tarefa de montar vocabulário, os alunos deverão levar para o caderno todas as palavras que não conseguiram entender no momento da leitura e tradução. A seguir, procurem o significado dessas palavras no dicionário.



[www.adinoel.com](http://www.adinoel.com)

## **TEXTO – TRADUÇÃO LIVRE**

### **Agotamiento digital: cansancio y desgaste ante pico de juntas y trabajo remoto durante pandemia**

Fadiga digital: cansaço e desgaste ante pico de reuniões e trabalho remoto durante pandemia

La pandemia del COVID-19 ha sido un gran trastorno para todos, y la nueva normalidad parece cada vez más centrada en el trabajo remoto o híbrido. Por ejemplo, las juntas virtuales, solo a través de la plataforma Teams de Microsoft, se han disparado 148 por ciento.

A pandemia da COVID-19 há sido um grande transtorno para todos, e a nova normalidade parece cada vez mais centrada no trabalho remoto ou híbrido. Por exemplo, as reuniões virtuais, somente por meio da plataforma Teams da Microsoft, se não disparado 148%.

Además, más de la mitad de los empleados en el mundo reconocieron sentirse agotados por el exceso de trabajo a distancia, de acuerdo con información del reporte Microsoft Work Trend Index 2021.

Além disso, mais da metade dos empregados no mundo reconheceram se sentir esgotados pelo excesso de trabalho à distância, de acordo com informação do relatório Microsoft Work Trend Index 2021.

De hecho, el informe muestra que una mayor productividad enmascara signos de una fuerza laboral agotada, con casi uno de cada cinco encuestados globales diciendo que sus empleadores no se preocupan por el equilibrio entre el trabajo y la vida y uno de cada dos se siente sobrecargado de trabajo.

De fato, o relatório mostra que uma maior produtividade máscara sinais de uma força laboral esgotada, com quase um de cada cinco entrevistados globais dizendo que seus empregadores não se preocupam pelo equilíbrio entre o trabalho e a vida e um de cada dois se sente sobrecarregado de trabalho.



[www.adinoel.com](http://www.adinoel.com)

Al comparar las tendencias de colaboración de Microsoft 365 de febrero de 2020 y febrero de 2021, se observa que el tiempo dedicado a Microsoft Teams se ha más que duplicado y la cantidad de correos electrónicos entregados a clientes comerciales y educativos aumentó en 40.3 mil millones.

Ao comparar as tendências de colaboração da Microsoft 365 de fevereiro de 2020 e fevereiro de 2021, se observa que o tempo dedicado ao Microsoft Teams se há mais que duplicado e a quantidade de correios eletrônicos entregues a clientes comerciais e educativos aumentou 40,3 bilhões.

Sin embargo, las condiciones de trabajo híbridas pueden ofrecer un respiro del agotamiento: China y Australia han pasado más tiempo en sistemas de trabajo remoto y son los únicos países donde el tiempo dedicado a las reuniones no se triplicó año tras año.

Entretanto, as condições de trabalho híbridas podem oferecer um respiro do esgotamento: China e Austrália não passaram mais tempo em sistemas de trabalho remoto e são os únicos países onde o tempo dedicado às reuniões não se triplicou ano após ano.

Por otra parte, el 54 por ciento se siente con exceso de trabajo. Además, el 39 por ciento se siente agotado. Y billones de señales de productividad de Microsoft 365 cuantifican el agotamiento digital preciso que sienten los trabajadores.

Por outro lado, 54% se sente com excesso de trabalho. Além disso, 39% se sente esgotado. E trilhões de sinais de produtividade de Microsoft 365 quantificam o esgotamento digital exato que sentem os trabalhadores.

La intensidad digital de los días de los trabajadores ha aumentado sustancialmente, con el número promedio de reuniones y charlas en constante aumento desde el año pasado. El tiempo dedicado a las reuniones de Microsoft Teams se ha más que duplicado (2.5 veces) a nivel mundial y sigue aumentando.

A intensidade digital dos dias dos trabalhadores há aumentado substancialmente, com o número médio de reuniões e conversas em constante aumento desde o ano passado. O tempo dedicado às reuniões de Microsoft Teams se há mais que duplicado (2,5 vezes) a nível mundial e segue aumentando.



[www.adinoel.com](http://www.adinoel.com)

La reunión virtual promedio dura 10 minutos más, aumentando de 35 a 45 minutos. El usuario promedio de Teams envía un 45 por ciento más de chats por semana y un 42 por ciento más de chats por persona fuera del horario de atención, y los chats por semana siguen aumentando.

A reunião virtual média dura 10 minutos mais, aumentando de 35 para 45 minutos. O usuário médio do Teams envia 45% mais de *chats* por semana e 42% mais de *chats* por pessoa fora do horário de atenção, e os *chats* por semana seguem aumentando.

De acuerdo con el reporte Microsoft Work Trend Index 2021, la cantidad de correos electrónicos entregados a clientes comerciales y educativos en febrero, en comparación con el mismo mes del año pasado, aumentó en 40.6 mil millones.

De acordo com o relatório Microsoft Work Trend Index 2021, a quantidade correios eletrônicos entregues a clientes comerciais e educativos em fevereiro, em comparação com o mesmo mês do ano passado, aumentou 40,6 bilhões.

Asimismo, ha habido un aumento del 66 por ciento en la cantidad de personas que trabajan con documentos. Este aluvión de comunicaciones no está estructurado y en su mayoría no está planificado, con el 62 por ciento de las llamadas y reuniones no programadas o realizadas ad hoc. Y los trabajadores sienten la presión de mantenerse al día.

Também, há havido um aumento de 66% na quantidade de pessoas que trabalham com documentos. Esta aluvião de comunicações não está estruturado e em sua maioria não está planejado, com 62% das chamadas e reuniões não programadas ou realizadas *ad hoc*. E os trabalhadores sentem a pressão de se manter em dia.

A pesar de la sobrecarga de reuniones y chats, el 50 por ciento de las personas responden a los chats de Teams en cinco minutos o menos, un tiempo de respuesta que no ha cambiado año tras año. Esto demuestra la intensidad de nuestra jornada laboral, y que lo que se espera de los empleados durante este tiempo, ha aumentado significativamente.



[www.adinoel.com](http://www.adinoel.com)

Apesar da sobrecarga de reuniões e *chats*, 50% das pessoas respondem aos *chats* do Teams em cinco minutos ou menos, um tempo de resposta que não há mudado ano após ano. Isso demonstra a intensidade de nossa jornada laboral, e que aquilo que se espera dos empregados durante esse tempo, há aumentado significativamente.

"Durante el año pasado, ningún área ha experimentado una transformación más rápida que la forma en que trabajamos. Las expectativas de los empleados están cambiando y tendremos que definir la productividad de manera mucho más amplia, que incluya la colaboración, el aprendizaje y el bienestar para impulsar el avance profesional de cada trabajador", dijo Satya Nadella, CEO de Microsoft.

"Durante o ano passado, nenhuma área há experimentado uma transformação mais rápida que a forma em que trabalhamos. As expectativas dos empregados estão mudando e teremos que definir a produtividade de maneira muito mais ampla, que inclua a colaboração, a aprendizagem e o bem-estar para impulsionar o avanço profissional de cada trabalhador", disse Satya Nadella, CEO da Microsoft.