



“Questão Social, Pandemia e Serviço Social: em defesa da vida e de uma educação emancipadora”

Eixo temático: Trabalho, Questão Social e Serviço Social

Sub-eixo: Trabalho e expressões da questão social

O SOFRIMENTO HUMANO E SUA RELAÇÃO COM A SÍNDROME DE BURNOUT

LETÍCIA STROSSI DE OLIVEIRA ¹
ALFREDO APARECIDO BATISTA ²

RESUMO

Atualmente, a exaustão profissional é compreendida como uma síndrome, nominada de Síndrome de Burnout. Essa conceituação materializa-se após a realização de estudos clínicos a partir da década de 1970 que trazem para o debate conteúdos que expressam os sintomas que os sofrimentos relacionados à materialização do trabalho humano, no modo de produção capitalista, podem gerar à saúde física e mental do/a trabalhador. Nos últimos anos esses estudos avançaram, bem como as implicações legais da definição dessa exaustão como doença. Contudo, os indícios desse sofrimento parecem ser datados a mais de um século, ainda na fase do capitalismo industrial moderno clássico.

1 Profissional de Serviço Social. Universidade Estadual Do Oeste Do Paraná - Campus Toledo

2 Professor com formação em Serviço Social. Universidade Estadual Do Oeste Do Paraná - Campus Toledo

PALAVRAS-CHAVE: Síndrome de Burnout; Exaustão Profissional; Saúde Física e Mental do/a Trabalhador.

ABSTRACT

Currently, professional exhaustion is understood as a syndrome, called Burnout Syndrome. This concept materializes after clinical studies from the 1970s onwards that bring to the debate contents that express the symptoms that suffering related to the materialization of human work, in the capitalist mode of production, can generate physical and mental health of the worker. In recent years these studies have advanced, as well as the legal implications of defining this exhaustion as a disease. However, evidence of this suffering seems to date back more than a century, still in the phase of classical modern industrial capitalism.

KEYWORDS: Burnout Syndrome; Professional Exhaustion; Physical and Mental Health of the Worker.

1. INTRODUÇÃO

O presente texto é resultado de Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) em Serviço Social. A temática central da pesquisa pautou-se na sociabilidade capitalista moderna e sua

relação com a Síndrome de Burnout, para realizar esse estudo que tem como natureza a pesquisa exploratória, utilizamos da modalidade de revisão bibliográfica com natureza qualitativa.

Falar sobre Síndrome de Burnout é falar sobre saúde do/a trabalhador, nesse sentido é necessário partimos do princípio ontológico de que o ser social é formado de subjetividade e objetividade. A subjetividade é constituída nas relações que os seres sociais estabelecem durante a produção de mercadorias para dar conta da sua existência do estômago e da fantasia por meio das atividades reprodutivas em suas diferentes circunstâncias. O mundo material e as relações legadas e construídas em suas circunstâncias é que contribui diretamente na constituição de uma dada subjetividade/objetividade. Esse marco teórico crítico expressa essa relação dialética, tornando-se possível compreender que as esferas objetivo/subjetivo compõem o ser social, de forma imbricada e não separada.

Contudo, sabemos que a teoria social de Marx não é, majoritariamente, utilizada no âmbito da formação que trata da saúde do trabalhador, ou seja, é uma formação aproximativa, pois, o que é hegemônico nas diferentes áreas de formação é a compreensão médica com fundamentos individualista, centrada na dualidade doença/cura. Portanto, esta pesquisa propõe trazer o método histórico-dialético e como este conteúdo fundamenta a exaustão física e mental nos marcos capitalistas. Primeiramente, abordaremos como formas de dominação e controle da força de trabalho, responsáveis, diretamente, pelo desgaste profissional; em seguida, buscaremos compreender a Síndrome de Burnout e seus determinantes sociais.

Ao tratarmos do tema saúde do trabalhador, fundamentada na referência presente no órgão de Imprensa publicada no Jornal da USP (Universidade de São Paulo) em 2020, segundo a Associação Nacional de Medicina do Trabalho (ANAMT), no Brasil o Burnout atingiu cerca de 30% dos mais de 100 milhões de trabalhadores. Ao mesmo tempo, segundo dados apresentados no site de notícias CNN Brasil, de acordo com pesquisa feita pela LHH do Grupo Adecco, empresa suíça de recursos humanos que atua em 60 países, 38% das pessoas ouvidas dizem ter sofrido de Burnout em 2021, ou seja 12 milhões de pessoas.

Diante os dados acima apresentados, a incidência do desgaste profissional, que como veremos no decorrer desse trabalho não é algo novo, mas é matéria central no debate atual, contudo, é de relevância a inclusão de Burnout na 11ª Classificação Estatística

Internacional de Doenças e Problemas Relacionados à Saúde (CID-11) pela Organização Mundial da Saúde, passando ser considerada uma síndrome com código QD85.

Essa alteração permite que o/a trabalhador solicite o direito a licença médica remunerada por um período de até 15 dias de afastamento em caso de Burnout. Em caso de afastamento superior a 15 dias, o benefício será pago pelo INSS, na forma de auxílio-doença, contudo, esse direito não é assegurado ao/a trabalhador de fato, pois para acessá-lo o mesmo deve entrar com um processo jurídico, o qual pode resultar na negação ou afirmação do pedido, nesse sentido, o que essa conceituação trás é uma brecha na legislação, ou seja, o resultado do processo vai depender de quem está julgando e de outras questões que envolvem essa situação, como o atestado médico.

Em relação a contribuição dessa pesquisa ao Serviço Social, parte-se da premissa material que: se o Burnout é apreendido como expressão real do desgaste físico e mental em relação ao trabalho, é fato que o público afetado por esse tipo de sofrimento é pertencente à classe dos/as trabalhadores, o que nos remete, na condição de Assistentes Sociais, assumir o compromisso ético-político com essa classe. Este vínculo tem sua raiz de compreensão de forma sólida a partir do referencial teórico ancorado no projeto ético-político, assumido após o congresso da virada e, tendo esses personagens como usuários diretos do seu trabalho como assistente social, é nosso dever também atentarmos para os debates em emergência na sociedade e buscar aproximar-se do estudo destes, como do Burnout, para conhecimento e posteriormente possíveis contribuições, enquanto agente participante do movimento histórico da sociedade.

2. DOMINAÇÃO E CONTROLE DA FORÇA DE TRABALHO

Tendo como o objetivo final capitalista é o lucro, destaca-se que para retirar mais-valor da

mercadoria força de trabalho, é preciso o domínio (que pode ser parcial ou total) do corpo e alma do/a trabalhador. A primeira forma de dominação destas esferas do ser social é dada pela expropriação do conhecimento do/a trabalhador que será utilizado para produção da mercadoria em questão, além da espoliação da energia física e psíquica do mesmo durante a jornada de trabalho.

Diante disso, para atingir seu objetivo final, a maximização da força de trabalho é a busca que os capitalistas modernos e contemporâneos percorrem e, para isso, criam e recriam modos especiais de dominação. É preciso pontuar que são muitos os modos adotados. Neste artigo trataremos de alguns. Nesse sentido, uma das primeiras formas de domínio do/a trabalhador é por meio da constituição da divisão social e técnica do trabalho.

Neste contexto, há uma divisão entre a projeção da mercadoria, sua produção (que possui subdivisões ainda) e a administração (tanto da mercadoria, como da supervisão e gestão dos trabalhadores). Com a implementação da ciência e das tecnologias no processo de trabalho, essa divisão aperfeiçoa-se mais ainda, e “o trabalhador passa a ser um apêndice das máquinas” (NETTO; BRAZ, 2008, p. 112), mas também, em métodos diferenciados de produção, tenta-se transformar o corpo e a alma humana em máquina.

Outra concepção presente na divisão social e técnica do trabalho é que, ao igualar o trabalhador em apêndice da máquina é aquela defendida por Durkheim que irá elogiar a divisão do trabalho, pois esta divisão permite, segundo ele, “que as pessoas sem utilidade desempenhem atividades remuneradas” (ZGIET, 2021, p. 121). Essa ideia é problemática pois exclui a possibilidade do desenvolvimento do conhecimento de determinadas forças de trabalho, isto é, aquelas consideradas “sem utilidade”, além de tecnificar o ser social - como se fosse uma máquina. Lembrando que, máquinas não tem subjetividade, ao contrário do ser social, que aliás tem esta esfera prejudicada devido a essa relação desigual no trabalho e conseqüentemente na vida como um todo. Máquinas são criadas por subjetividades materializadas nas forças de trabalho.

Com isso, podemos afirmar que com a não participação do trabalhador no processo de trabalho em sua totalidade afeta-se a capacidade teleológica dele, uma vez que não participa do processo de projeção daquilo que está executando, isto é, a uma separação entre concepção e execução no processo de produção. Essa consequência configura-se como uma regressão para o trabalhador enquanto ser social, visto que a teleologia é uma

constituição ontológica e apresenta-se como um salto qualitativo na criação e desenvolvimento do ser social.

Dessa maneira, a divisão social e técnica do trabalho “executou o corte e amputou a concepção do trabalho da atividade do trabalhador. O significado desse corte para identidade é um dos mais importantes temas nos estudos de saúde psicossocial do trabalho” (SELIGMANN-SILVA, 2011, p. 161). Essa fragmentação traz diversas consequências para a classe que produz, como, a não identificação com o trabalho realizado e com o resultado proveniente dele, a sofisticação do controle sobre o trabalhador, além de prejudicar as mobilizações desta classe, uma vez que se encontram separados em setores, mesmo trabalhando no mesmo espaço físico.

SELIGMANN-SILVA (2011) compreende que, atualmente, uma das tecnologias mais utilizadas para o controle da força de trabalho é a gestão dos afetos. Utiliza-se dos sentimentos humanos para estimular a disciplina no local de trabalho e na vida, fazendo considerar o trabalho assalariado parte fundamental da vida deste trabalhador. Para isso, opera-se na subjetividade humana: para criar sentimento de gratidão pelo emprego, pois há tantos desempregados – utiliza-se do sentimento de medo; ter afeição pelo bom trabalho realizado – usa-se do sentimento de sentir-se útil e de gratidão; para estimular metas para “melhorar o trabalho realizado”, inclusive premiando o trabalhador com melhor desempenho, assim, estimula-o à recompensa material e a competitividade entre trabalhadores; introduz o entendimento dos colegas de trabalho como parte da família - utilizando-se do sentimento de amizade, amor e pertencimento.

Entre outros conteúdos ideologizados utilizados, principalmente de responsabilidade do setor de Recursos Humanos (RH) da empresa, para disciplinar os trabalhadores garantindo o controle e a retirada da mais-valia, sem questionamentos, é um ponto alto nas relações cotidianas.

A partir deste cenário, compreendemos como a gestão dos afetos utiliza sentimentos comuns entre os seres humanos – como amizade, amor, gratidão e medo – que muitas vezes farão sentido para esses trabalhadores, visto o processo de alienação ao qual estão submetidos. Com isso, ocorre a cooptação sem grandes questionamentos do trabalhador, pois pertence a “família da empresa” e não pode decepcionar o supervisor, pois este é seu “amigo”.

É importante pensarmos e fundamentarmos na gestão dos afetos para compreendermos como o capital opera de forma ideológica na subjetividade dos trabalhadores que estão sob ou não o seu controle direto, assim, controla-se o corpo físico mental. A mente, comanda o corpo físico. Partindo disso, tem-se o controle total do/a trabalhador, assegurando assim a aceitação sem questionamentos das exigências disciplinares durante a jornada de trabalho. Sobretudo, porque esta forma de domínio cria uma “cortina de fumaça” em relação a exploração e alienação a qual estão submetidos.

Outra forma de dominação que opera também diretamente na subjetividade humana é a sociedade do desempenho, descrita por Byung-Chul Han (2017), onde “[...] com a desregulamentação do cotidiano, a sociedade do desempenho se afasta da negatividade e, imbuída da necessidade de produtividade [...] adota Yes, we can como lema” (ZGIET, 2021, p. 127).

Com o lema de “Sim, nós podemos”, essa concepção traz para a/o trabalhador a responsabilidade individual de produtividade e alto desempenho no espaço de trabalho, o que só é positivo ao capitalista, contudo, nessa lógica, o contrário é reforçado ao trabalhador – de que sua produtividade resulta em ganhos positivos para ele mesmo, e ademais, de que só depende dele mesmo para o sucesso – ignorando assim, as condições de vida (física e subjetiva) e de trabalho deste sujeito. Além disso, se este sujeito não operar no máximo de sua produtividade será considerado “fracassado”, culpabilizando assim o indivíduo e encobrendo o verdadeiro causador desta condição – a exploração da força de trabalho, conseqüentemente fortalecendo a ideologia da meritocracia e do empreendedorismo como possibilidade para todas as pessoas.

Essa ideologização da cultura do trabalho amplia e sofisticada-se com o desenvolvimento do receituário neoliberal, uma vez que pressupõe que a pessoa deve exercer sua liberdade – como dono de si mesmo – como seu próprio chefe - para alcançar o máximo de produtividade. Essa relação esconde que “se há uma liberdade individual pressuposta na sociedade e, por outro lado, a obrigação do trabalho assalariado – e do desempenho -, o sofrimento habita a contradição contida nessa liberdade” (ZGIET, 2021, p. 129).

Diante da ideologia da sociedade do desempenho, não há necessidade de legislações para coagir as pessoas a trabalharem na lógica da superprodução, uma vez que “[...] elas já assumiram isso como uma condição para sua existência” (ZGIET, 2021, p. 127). Com isso,

os trabalhadores incorporam a lógica – de superprodução da classe que os domina e explora, sem nem perceberem, refletirem ou questionarem sobre essas questões, isto é, afastam-se mais ainda da classe que pertencem – a dos que vendem sua força de trabalho para sobreviver.

Neste tipo de sociedade do desempenho, “[...] o tédio é tido como perda de tempo. E sem o tédio não se cria o novo. A dança pode ter sido inventada quando, entediado de andar sempre da mesma forma, o homem criou outras formas de se movimentar (HAN, 2017, apud ZGIET, 2021, p. 129). Frente a isso, temos o afastamento de uma das dimensões ontologicamente humanas – da criação, inclusive tal é possível pelo processo de trabalho, aliás, essa é uma das características que nos diferencia dos animais, pois estes não criam, imagine criar o novo. Isto é, com essa lógica do desempenho nos aproximamos da animalidade, pois sem tempo para reflexão, não há possibilidade de criação. Não é possível fazer história. Somente sofremos a história.

Essa aproximação da animalidade – que é um retrocesso qualitativo enquanto ser social que passou pelo salto ontológico, ocorre também em outras relações trabalhistas, como na exigência do modelo toyotista de produção, onde os trabalhadores precisam desempenhar diversas tarefas ao mesmo tempo, segundo HAN (2015), assemelham-se aos animais selvagens que precisam comer, cuidar dos filhotes, evitarem de serem atacados, além de vigiar seu parceiro. Diante deste universo que envolve o domínio e controle da força de trabalho, é necessário aproximarmos e aprofundarmos a temática da Síndrome de Burnout.

3. SÍNDROME DE BURNOUT: DEFINIÇÃO E DIMENSÕES

Burnout é um termo inglês, definido na década de 1970, tendo como pioneiros de estudo o psicólogo Herbert J. Freudenberger e a psicóloga Christina Maslach, ambos

estadunidenses. Em tradução literal para o português Burnout significa “queimar até o final” e/ou “esgotamento”, por isso, que muitas vezes no Brasil, usa-se a expressão Síndrome do esgotamento profissional, que é o equivalente a Síndrome de Burnout.

Aqui, é preciso pontuar que o contexto socioeconômico de conceituação e estudo do fenômeno do Burnout se dá em um momento de supervalorização do capital financeiro, ao mesmo tempo que ocorre a desvalorização do trabalho humano na esfera da produção. Paralelamente vivencia-se a expansão do receituário neoliberal em países de capitalismo central. Esses fatores têm acarretado profundas e complexas modificações no mundo do trabalho, principalmente nos países periféricos, como o Brasil.

A definição de Burnout ocorreu após estudos realizados pelos pesquisadores citados acima, estes realizaram ensaios clínicos de observação com voluntários de uma instituição de assistência à saúde pelo período de um ano, após esse tempo, os pesquisadores perceberam uma diminuição gradual das energias no desempenho das tarefas, além da perda de motivação e de comprometimento com o trabalho, acompanhados de fadiga e frustração produzidas pelo excesso de tarefas (CASTRO, 2011).

Com esses estudos observou-se uma tríade de dimensões que define a presença da Síndrome de Burnout, manifestadas na: exaustão emocional, na despersonalização e na perda de realização pessoal, o que significa que a síndrome não se reduz a uma única dimensão.

A exaustão emocional “é caracteriza pelo fato de o sujeito encontrar-se exaurido, esgotado, sem energia para enfrentar outro projeto, outras pessoas e incapaz de recuperar-se de um dia para o outro” (MASLACH; SHAUFELI; LEITER, 2001 apud CASTRO, 2011, p.15), seus indicadores são

[...] o sentimento de cansaço após a jornada de trabalho e a dificuldade para enfrentar uma nova, o sentimento de exaustão pelo fato de ter que trabalhar com pessoas diariamente, a sensação de estar trabalhando em demasia e no limite de suas possibilidades, bem como, o sentimento de frustração pelo trabalho realizado. Ou seja, a variável exaustão emocional caracteriza-se pela experimentação psicofísica da exaustão e pelo fato da pessoa ter chegado ao limite de suas forças (MASLACH; SHAUFELI; LEITER, 2001 apud CASTRO, 2011, p.15).

Ao voltarmos para o século XIX, momento inicial do projeto capitalista moderno, exaustão é apresentada nos estudos marxianos quando Marx discorre sobre a constituição da alienação através do trabalho, enfatizando que o trabalho na sociedade capitalista, em particular,

[...] ser externo ao trabalhador, não fazer parte de sua natureza, e por conseguinte, ele não se realizar em seu trabalho, mas nega-se a si mesmo, ter um sentimento de sofrimento em vez de bem-estar, não desenvolver livremente suas energias mentais e físicas, mas ficar fisicamente exausto e mentalmente deprimido. [...] Seu trabalho não é voluntário, porém imposto, é trabalho forçado. Ele não é a satisfação de uma necessidade, mas apenas um meio para satisfazer outras necessidades. O trabalho exteriorizado, trabalho em que o homem se aliena a si mesmo, é um trabalho de sacrifício próprio, de mortificação. Por fim, o caráter exteriorizado do trabalho para o trabalhador é demonstrado por não ser o trabalho dele mesmo, mas trabalho para outrem, pôr no trabalho ele não se pertencer a si mesmo mas sim a outra pessoa. (MARX, 2002, p. 104)

Com isso, verifica-se como não há uma identidade do trabalhador com a atividade que exerce e nem com o objeto produzido a partir desta, e ainda, devido ao caráter do trabalho forçado - ocorre a alienação de si mesmo, e diante disso, acaba por estar fisicamente exausto e mentalmente deprimido. Isto é, vejamos com a citação, como essas consequências da alienação são tidas como sintomas do Burnout. Além disso, a mortificação citada pelo autor também se relaciona com a exaustão mental produzida pelo desgaste profissional.

Já a despersonalização é definida “[...] pelo fato de o sujeito adotar atitudes de descrença, distância, frieza e indiferença em relação ao trabalho e aos colegas de trabalho”. (MASLACH; SHAUFELI; LEITER, 2001 apud CASTRO, 2011, p.15), isto é

[...] se o profissional tem se tornado insensível com as pessoas que assiste e experimenta-se culpado por elas terem seus 15 problemas e, por fim, se tem se tornado alguém emocionalmente mais endurecido em função do trabalho que realiza. Ou seja, a dimensão de despersonalização abrange a relação com os outros e é caracterizada pela indiferença, descaso, cinismo e descomprometimento com as necessidades e sofrimentos das pessoas assistidas e de seus colegas. Nesse sentido, burnout não é somente a síndrome do profissional exausto, mas também do profissional indiferente e descomprometido em relação às pessoas com quem

trabalha. (MASLACH; SHAUFELI; LEITER, 2001 apud CASTRO, 2011, p.15),

Essa esfera do Burnout é praticamente descrita por Marx nos Manuscritos Econômico-Filosóficos de 1844, quando o autor apresenta uma das expressões que a alienação assume na vida social do/a trabalhador:

A consciência que o homem tem de sua espécie é transformada por meio da alienação, de sorte que a vida como espécie torna-se apenas um meio para ele. (3) Então, o trabalho alienado converte a vida do homem como membro da espécie, e também como propriedade mental da espécie dele, em uma entidade estranha e em um meio para sua existência individual. Ele aliena o homem de seu próprio corpo, a natureza extrínseca, de sua vida mental e de sua vida humana. (4) Uma consequência direta da alienação do homem com relação ao produto de seu trabalho, à sua atividade vital e a sua vida como membro da espécie, é o homem ficar alienado dos outros homens. Quando o homem se defronta consigo mesmo, também está se defrontando com outros homens. O que é verdadeiro quanto à relação do homem com seu trabalho, com o produto desse trabalho e consigo mesmo, também o é quanto à sua relação com outros homens, com o trabalho deles e com os objetos desse trabalho. De maneira geral, a declaração de que o homem fica alienado da sua vida como membro da espécie implica em cada homem ser alienado dos outros, e cada um dos outros ser igualmente alienado da vida humana. A alienação humana, e acima de tudo a relação do homem consigo próprio, é pela primeira vez concretizada e manifestada na relação entre cada homem e os demais homens. Assim, na relação do trabalho alienado cada homem encara os demais de acordo com os padrões e relações em que ele se encontra situado como trabalhador (MARX, 2002, p. 118)

Nesse sentido, a indiferença em relação aos outros seres sociais, citada pelos estudiosos pioneiros do Burnout, pode ser interpretado na perspectiva marxista, como consequência do processo de alienação, onde ocorre a transformação na forma que o trabalhador vê sua espécie, isto é, quando Marx trata da espécie, está falando nas demais pessoas. Assim, mostra como o fenômeno da alienação é dual: incide sobre o próprio trabalhador e em sua relação com os demais trabalhadores, assim tem efeito subjetivo e material sobre a vida social. Nesse momento, novamente, há uma perda qualitativa enquanto ser social, uma vez que tem uma das suas principais capacidades humanas é prejudicada: a sociabilidade.

A dimensão de perda da realização pessoal é descrita “pelo fato de a pessoa experimentar-se ineficiente, incapaz e certa de que seu trabalho não faz diferença” (MASLACH; SHAUFELI; LEITER, 2001 apud CASTRO, 2011, p.15). Sua identificação tem relação com

[...] se o profissional entende com facilidade o que os seus pacientes necessitam, se consegue criar uma atmosfera tranquila e fica estimulado após o trabalho realizado, se lida de forma eficaz com os problemas das pessoas assistidas, e se sente sua influência positiva na vida dos outros através do trabalho que realiza. Essa terceira dimensão abrange o domínio do eu (Maslach, 1993), da experimentação de si mesmo em relação ao trabalho realizado. O que permite concluir que burnout é a síndrome do profissional que perdeu a realização de si mesmo, descomprometido com os outros e exaurido emocionalmente. (MASLACH; SHAUPELLI; LEITER, 2001 apud CASTRO, 2011, p.15).

Quando se fala na experimentação de si mesmo em relação ao trabalho realizado, sendo este trabalho alienado e estranho a ele mesmo, como mostramos até aqui, seria possível ter realização profissional com ele? Ademais, Marx descreve a alienação que afeta o/a trabalhador baseada na relação deste sujeito consigo mesmo e com o resultado da sua produção, ou seja, na relação

[...] do trabalhador com sua própria atividade humana como algo estranho e não pertencente a ele mesmo, atividade como sofrimento (passividade), vigor como impotência, criação como emasculação, a energia física e mental pessoal do trabalhador, sua vida pessoal (pois o que é a vida senão atividade?) como uma atividade voltada contra ele mesmo, independente dele e não pertencente a ele (MARX, 2002, p.120)

As referências utilizadas de Marx mostram-nos como o autor já nominava, com outras palavras e conceitos, fenômenos que são dimensões constituintes do Burnout, isto é, partindo da análise materialista-histórica e dos escritos de Marx, o Burnout estaria diretamente relacionado às consequências da relação negativa entre os seres sociais e a natureza e entre os próprios seres sociais, que leva os trabalhadores, mas não só eles, ao processo de alienação. Os conteúdos apresentados por Marx, no século XIX, traz elementos convincentes de que a literatura que trata da Síndrome de Burnout tem elementos que não são novos, mas apresentam-se de forma mais complexa.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Nos últimos anos iniciou-se uma aproximação da ciência médica ao tema que tratam dos problemas de saúde físico e mental gerados na relação capital/trabalho. Esse conjunto de sintomas – que acabam por gerar um desgaste físico e mental do/a trabalhador tem-se dado o nome de Síndrome de Burnout, ou melhor, desgaste profissional.

Quando nos aproximamos dos conteúdos que tratam desse fenômeno com essa nomenclatura, que em sua maioria são de médicos, psiquiatras e psicólogos, percebemos que as condições estruturantes (capitalismo) e conjunturais (neoliberalismo) não são considerados como fundantes desse sofrimento, ao contrário, tem-se um recorte por vezes individualista e baseado na lógica comportamental.

Por isso compreendemos, a partir da reflexão de Alcantara, 2020, que um dos caminhos possíveis para ampliar esse debate e considerar esses fatores é no sentido de ser “[...] necessário superar o viés da medicina do trabalho e da saúde ocupacional, dando lugar para a Saúde do Trabalhador, a fim de enfrentar a problemática saúde-trabalho como um todo, conjugando-se fatores econômicos, culturais e individuais” (ALCANTARA, 2020, p.401)

Diante disso, é preciso pontuar que embora o debate sobre desgaste profissional tenha eclodido socialmente após sua conceituação dada pela Organização Mundial da Saúde (OMS) em 2022, esse fenômeno já era descrito por Karl Marx no século XIX, não com esse nome (Burnout), mas o filósofo já utilizava os termos “desgaste”, “exaustão” e “estafa” (expressões que podem ser sinônimos ou traduções de Burnout), quando discorre sobre os efeitos da jornada de trabalho sobre o corpo humano, as consequências da ideologia capitalista para a subjetividade do ser social e sua aproximação com a animalidade inclusive em alguns momentos devido ao processo de alienação, como tentamos elucidar no decorrer dessa produção. Frente a isso, discordamos da ideia de que

[...] pode-se concluir que: é correto afirmar que, a partir da década de setenta, com a mudança econômica e organizacional que vem se produzindo na sociedade capitalista, um novo problema psicológico passa a fazer parte da vida organizacional e do mundo do trabalho, qual seja, a burnout. (CASTRO, 2010, p. 29)

Embora realmente o desgaste físico e mental não seja novo, como elucidamos, esse sofrimento parece ser aguçado com o neoliberalismo, tanto que o momento em que surgem os estudos sobre Burnout é o período de desenvolvimento deste modelo econômico/social - que transformou o mundo do trabalho, uma vez que “o projeto neoliberal restaurador viu-se resumido no tríplice mote da “flexibilização” (da produção, das relações de trabalho), da “desregulamentação” (das relações comerciais e dos circuitos financeiros) e da “privatização” (do patrimônio estatal) (NETTO, 2013, p.417).

Essas flexibilizações e desregulamentações precarizam ainda mais o mundo do trabalho, conseqüentemente, a saúde do trabalhador também é precarizada, contudo, essas questões influenciam para além do mercado de trabalho, isto é, penetram-se nas relações sociais. Além disso, esse modelo é centralmente ideológico e busca interferir diretamente na subjetividade humana, ao passo que o capital

[...] descobre a psique como força produtiva. A virada para a psique e, em consequência, para a psicopolítica, também está relacionada à forma de produção do capitalismo atual, pois ele é determinado por modos imateriais e incorpóreos. São produzidos objetos intangíveis, como informações e programas (HAN, 2018, p. 40).

Nesse sentido, o capital passa a realizar uma administração sofisticada da alma do/a trabalhador, que parece ser considerada por ele uma mercadoria. Frente a isso, podemos considerar que atualmente os/as trabalhadores estão sofrendo de uma dupla coerção: externa - por parte do capital e suas formas de dominação e, interna, – a própria autocobrança por produtividade – em conformidade com a lógica da sociedade do desempenho, que tornou-se uma ideologia dominante nos dias de hoje, visto sua ligação direta com o receituário neoliberal, imprimindo um caráter de “estilo de vida”, isto é, uma forma padrão idealizada absoluta de reprodução da vida social.

Nesse sentido, quem não conseguir seguir essa norma – que é a maioria da sociedade,

ainda mais no recorte brasileiro, visto a condição socioeconômica de grande parte da população, lembremos que o país voltou para o mapa da fome em 2020, ainda que, mesmo nos anos que não esteve neste mapa, a fome nunca deixou de ser uma realidade brutal que assola um contingente enorme no mundo e no Brasil. Mesmo diante dessa situação, muitas destas pessoas são dominadas pelo discurso neoliberal, ao passo que

Quem fracassa na sociedade neoliberal de desempenho, em vez de questionar a sociedade ou o sistema, considera a si mesmo como responsável e se envergonha por isso. Aí está a inteligência peculiar do regime neoliberal: não permite que emerja qualquer resistência ao sistema (HAN, 2018, p. 16).

É fato que as resistências contra o sistema realmente não aconteceram em grande escala nos últimos anos, justamente por essa ideologia ser sustentada no individualismo – que fragiliza a organização coletiva, contudo, não podemos ser fatalistas de acreditar que não exista possibilidade de resistências ao sistema mesmo na conjuntura neoliberal, uma vez que a luta de classes ainda é o motor que opera a sociedade.

Diante disso, torna-se tarefa, inclusive para a categoria das assistentes sociais, que trabalham diretamente com a classe trabalhadora, a retomada do fortalecimento dos vínculos entre os/as trabalhadores e organizações sociais, como sindicatos, conselhos profissionais, movimentos sociais, dentre outros espaços coletivos, para discussões dos/as trabalhadores sobre as condições de trabalho e saúde em seus espaços de emprego, para reinvidicação de um exame de totalidade (que considere os fundantes do sofrimento) sobre a saúde do trabalhador, superando a lógica predominante individualista comportamental e de medicalização como solução quase que única para os problemas de saúde.

Nesse passo, buscar formas de aliviar o sofrimento causado pelo trabalho parece ser um dos caminhos a ser percorrido, nesse sentido, na literatura consultada para a presente pesquisa, uma das soluções consideradas para o enfrentamento do Burnout é a adequação do local de trabalho, isto é, a criação de um ambiente mais confortável para o/a trabalhador. Contudo, se pararmos para analisar de que essa exaustão em relação ao trabalho já é descrita por Marx a mais de um século atrás, quando não existia preocupação nenhuma

com o local de trabalho, percebemos que a raiz do problema vai muito além do local de trabalho e das suas condições, é da estrutura que normatiza isso – o capital.

Com isso, não queremos dizer que as condições de trabalho não são importantes, ao contrário, é necessário a reivindicação por melhores condições de vida e trabalho. Além disso, estas condições também influenciam no desenvolvimento do desgaste profissional, uma vez que quanto mais degradantes forem, mais rápido afetarão a saúde humana. Todavia, é preciso ir além dessa esfera para superar na totalidade o sofrimento gerado pelo trabalho forçado na sociabilidade capitalista.

Quando falamos nesta sociabilidade, lembremos que estamos falando de uma forma de produção que gera exploração, coisificação e estranhamento das relações sociais, alienação, expropriações, fetiche da mercadoria, aproximação do ser humano a animalidade em algumas situações – o que configura perda qualitativa enquanto ser social, em outras palavras, afastamento das dimensões humanas, entre outras questões que buscamos nos aproximar nesse trabalho. Diante disso, é possível ter uma saúde plena nessa sociedade?

Não temos uma resposta certa para essa pergunta, mas fato é que o trabalho humano é uma das nossas maiores potencialidades, nos diferencia dos animais, nos permite transformar a natureza e a nós mesmos, entre tantas possibilidades de trabalho enquanto capacidade criativa e transformadora humana, contudo, nessa sociabilidade (composta por todas as determinações que citamos acima) a relação estabelecida no trabalho e pelo trabalho com a natureza, ao invés de ser motivo central de emancipação, tornou-se e é motivo de negação humana. Conforme aborda a assistente social (ZGIET, 2021, p. 25), “se o trabalho torna humanas as pessoas, a alienação as desumaniza. Para resgatar a humanidade é preciso rever o que se considera razão e o que se considera trabalho. Não é racional vender-se para viver.”

Em tempo de capital fetiche, o trabalho alienado em sua dimensão de reificação, o sofrimento humano criado na relação estabelecida entre ser social/natureza e ser social/ser social, ampliou e aprofundou com a criação e desenvolvimento do modo de produção capitalista. Levar em conta a historicidade das categorias e suas formas de ser é necessário, uma vez que desestorizar é uma das armas do capitalismo para manter absolutizado o próprio seu sistema, afinal, o processo de alienação conduz a maioria da humanidade compreender que o sistema capitalista moderno de produção é imutável ao

reproduzirem a máxima que “sempre foi assim, é assim e sempre continuará sendo assim” ou, ainda, “nasci assim e vou morrer assim”. Esse conteúdo é concreto e repleto de determinações negadoras da existência humana, é um conteúdo que na sua máxima irracionalidade leva a maioria da humanidade naturalizar todas as relações, eliminando os conteúdos do humanismo, da história e da dialética. No entanto, entendemos que o sofrimento humano expressa-se na individualidade, mas suas causas encontram-se nas relações de produção e de reprodução humana. Neste momento histórico, causada pelas relações contraditórias estabelecidas entre o capital/trabalho. Contudo, acreditamos que criar um outro mundo é um campo, vivo, de possibilidades

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALCANTARA, Ariana Celis. **Saúde do trabalhador em tempos de insegurança social**. Ser Social, [S.L.], v. 22, n. 47, p. 389-409, 14 jul. 2020. Biblioteca Central da UNB. <http://dx.doi.org/10.26512/sersocial.v22i47.25515>. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/352391414_Saude_do_trabalhador_em_tempos_d_e_inseguranca_social. Acesso em: 05 maio 2022.

BRAVERMAN, H. Trabalho e capital monopolista. Rio de Janeiro: Zahar, 1981.

CASTRO, Fernando José Gastal de. **BURNOUT, PROJETO DE SER E PARADOXO ORGANIZACIONAL**. 2010. 392 f. Tese (Doutorado) - Curso de Psicologia, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2010. Disponível em: <https://repositorio.ufsc.br/handle/123456789/93646?locale-attribute=es>. Acesso em: 24 abr. 2022.

CHAGAS, Eduardo F. **O pensamento de Marx sobre a subjetividade**. Trans/Form/Ação, [S.L.], v. 36, n. 2, p. 63-84, ago. 2013. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s0101-31732013000200005>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/trans/a/qhWBvjmf5DjWmyMZvc3pzGN/?lang=pt>. Acesso em: 30, ago. 2021.

CORSINI, Iuri. **Home office e trabalho híbrido desencadearam casos de burnout entre jovens, aponta estudo**. 2022. Disponível em: <https://www.cnnbrasil.com.br/saude/home-office-e-trabalho-hibrido-desencadearam-casos-de-burnout-entre-jovens-aponta-estudo/>. Acesso em: 25 maio 2022.

IAMAMOTO, Marilda; CARVALHO, Raul de. **Relações Sociais e Serviço Social no Brasil: Esboço de uma interpretação histórico-metodológica**. 33. ed. São Paulo: Cortez, 2011.

GUERRA, Yolanda; BATISTA, Alfredo. **A EXPRESSÃO “QUESTÃO SOCIAL” EM QUESTÃO: UM DEBATE NECESSÁRIO AO SERVIÇO SOCIAL**. v.21. n. 42. 2021.p. 163-183. Disponível em: <https://periodicos.ufes.br/temporalis/article/view/36507>. Acesso em: 27, jun. 2022.

HAN, Byung-Chul. **Psicopolítica: neoliberalismo e as novas técnicas de poder**. São Paulo: Âyiné, 2018. 113 p. Disponível em: <file:///C:/Users/stros/OneDrive/%C3%81rea%20de%20Trabalho/TCC/Psicopolitica%20o%20neoliberalismo%20e%20as%20novas%20tecnologias%20de%20poder1.pdf>. Acesso em: 12 maio 2022.

HAN, Byung-Chul. **Sociedade do Cansaço**. São Paulo: Vozes, 2015. 53 p. Disponível em: https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/5000148/mod_resource/content/1/Sociedade%20do%20cansa%C3%A7o.pdf. Acesso em: 20 maio 2022.

HEROLD JUNIOR, Carlos. **Os processos formativos da corporeidade e o marxismo: aproximações pela problemática do trabalho**. Revista Brasileira de Educação, [S.L.], v. 13, n. 37, p. 98-111, abr. 2008. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s1413-24782008000100009>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbedu/a/RXPbPr4BkqdkSRGGxX3Dw7f/?lang=pt>. Acesso em: 05 jun. 2022.

LUKÁCS, Gyorgy. O Trabalho. In: **Para uma Ontologia do Ser Social II**. Tradução de Nélio Schneider. 1ª Edição. São Paulo: Boitempo, 2011. p. 41-159.

MARX, Karl. O trabalho alienado. In: MARX, Karl. **Manuscritos Econômico - Filosóficos**. São Paulo: Martin Claret, 2002. Cap. 4. p. 95-122. Tradução: Alex Marins.

MARX, KARL. O capital: crítica da economia política. **Livro I**. 34ª ed. RJ. Civilização brasileira, 2016. p. 65-67;177-281;425-569.

NETTO, José Paulo. **Crise do capital e consequências societárias**. Serviço Social e Sociedade, São Paulo, n. 111, p. 413-429, jul./set. 2012. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/sssoc/a/D6MmJKCjKYqSv6kyWDZLXzt/?lang=pt>. Acesso em: 27, jun.2022.

NETTO, José Paulo; BRAZ, Marcelo. **Economia Política: uma introdução crítica**. 8. ed. São Paulo: Cortez, 2012.

NETTO, José Paulo. **Introdução ao Estudo do Método de Marx**. São Paulo: Expressão Popular, 2011.

RODRIGUES FILHO, Edison Moraes; JUNGES, José Roque. **Burnout entre médicos intensivistas ou Sociedade do burnout**. Saúde e Sociedade, [S.L.], v. 27, n. 3, p. 809-819, set. 2018. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s0104-12902018180007>. Disponível em: [https://www.scielo.br/j/sausoc/a/3ffwxQLJWm486hVt5Vz48rt/?lang=pt#:~:text=manifesta%C3%A7%C3%A3o%20da%20psicopol%C3%ADtica,-,Burnout%20na%20medicina%20em%20geral%20e%20na%20medicina%20intensiva,dos%20anos%201970%20\(Freudenberger%2C%201974](https://www.scielo.br/j/sausoc/a/3ffwxQLJWm486hVt5Vz48rt/?lang=pt#:~:text=manifesta%C3%A7%C3%A3o%20da%20psicopol%C3%ADtica,-,Burnout%20na%20medicina%20em%20geral%20e%20na%20medicina%20intensiva,dos%20anos%201970%20(Freudenberger%2C%201974). Acesso em: 05 jun. 2022.

SELIGMANN-SILVA, Edith. **Trabalho e desgaste mental: o direito de ser dono de si mesmo**. São Paulo: Afiliada, 2011. 617 p.

SEVERINO, Antônio Joaquim. **Metodologia do trabalho científico [Livro Eletrônico]**. São Paulo, Cortez, 2013. Disponível em: https://www.ufrb.edu.br/ccaab/images/AEPE/Divulga%C3%A7%C3%A3o/LIVROS/Metodologia_do_Trabalho_Cient%C3%ADfico_-

_1%C2%AA_Edi%C3%A7%C3%A3o_-_Antonio_Joaquim_Severino_-_2014.pdf. Acesso em: 02, abr. 2022.

SILVA, Gabriel de Nascimento e. (Re)conhecendo o estresse no trabalho: uma visão crítica. Gerais : **Revista Interinstitucional de Psicologia**, Belo Horizonte, v. 12, p. 51-61, ago. 2018. Semestral. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-82202019000100005. Acesso em: 05 maio 2022.

PUZZLE, Monkey. **Burnout Inventory Results & Helpful Advice**. 2022. Disponível em: <https://monkeypuzzletraining.co.uk/burnout-inventory-results>. Acesso em: 12 jun. 2022.

USP, Jornal. Síndrome de burnout está cada vez mais presente na vida dos brasileiros. 2020. Disponível em: <https://jornal.usp.br/atualidades/sindrome-de-burnout-esta-cada-vez-mais-presente-na-vida-dos-brasileiros/>. Acesso em: 25 jun. 2022.

VIEIRA, Isabela; RUSSO, Jane Araujo. **Burnout e estresse: entre medicalização e psicologização**. Physis: Revista de Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, v. 29, n. 2, p. 01-22, 2019. Semestral. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s0103-73312019290206>. Disponível em: <https://www.scielosp.org/article/physis/2019.v29n2/e290206/>. Acesso em: 05 maio 2022.

ZGIET, Jamila. **Saúde Mental e Moral Capitalista do Trabalho: a dialética das alienações**. Curitiba: Appris, 2021. 264 p.

WERNECK-SOUZA, Juliana; FERREIRA, Mário César; SOARES, Kelma Jaqueline. **Panorama da Produção Brasileira sobre Inserção de Pessoas com Deficiência no Trabalho: desafios à efetiva inclusão**. Gerais: Revista Interinstitucional de Psicologia, [S.L.], v. 13, n. 1,

11, Cid. **For Mortality and Morbidity Statistics**. 2022. Disponível em: <https://icd.who.int/browse11/l-m/en>. Acesso em: 28 jun. 2022.mn

,