



OS SENTIDOS DE *BURNOUT* E ALGUMAS REFLEXÕES SOBRE OS IMPACTOS PARA A SOCIEDADE

MAGALHÃES, Bruna¹
FIGUEIREDO, Danielle de¹
MAIOLINI, Julia Silveira¹
SOARES, Lais Taques Martins¹
PIRAN, Millena¹

Orientadora:
PALACIO-ARRUDA, Marília Belfiore²

RESUMO

Este trabalho aborda os sentidos da Síndrome de *Burnout* e reflexões sobre os impactos na sociedade, especialmente aos profissionais no ambiente de trabalho. Para tal propósito, este artigo retoma como compreende-se o trabalho, relações sociais, vida pessoal e os desafios psicológicos das situações nestes contextos analisando criticamente os sentidos da Síndrome de *Burnout*, através de um artigo jornalístico da *British Broadcasting Corporation Brasil* (BBC) intitulado “o que é ‘demissão silenciosa’ e o por que ela pode ser benéfica para os trabalhadores e empresas”. Perpassando o percurso histórico da doença e buscando compreender como estas ideias têm sido produzidas nos processos de trabalho através da linguagem nas interações. Foram realizadas análises críticas, exploratórias-explicativas, fundamentadas no construcionismo social. A partir da visibilidade da produção de sentidos e os efeitos destas produções no cotidiano, especialmente no mundo do trabalho, conclui-se que a nossa relação com o trabalho é construída socialmente, podendo ter diferentes sentidos, a partir de cada interação e momento histórico. Assim, os sentidos produzidos sobre Síndrome de *Burnout* e reflexões considerando os impactos e os recursos nos processos de trabalho, podem ser úteis para nós refletirmos, questionarmos e também despertar um interesse de novas contribuições para a construção de uma sociedade mais crítica. O trabalho também intenta refletir sobre alternativas para pensar e experienciar diferentes sentidos construídos acerca da temática.

Palavras-chave: Síndrome de *Burnout*. Saúde Mental. Construcionismo Social. Trabalho.

¹Acadêmicas do curso de Psicologia do Centro Universitário de Várzea Grande - UNIVAG

²Mestra em Psicologia Marília Belfiore Palacio-Arruda, docente do Centro Universitário de Várzea Grande - UNIVAG

ABSTRACT

THE MEANINGS OF *BURNOUT* AND SOME REFLECTIONS ON THE IMPACTS FOR SOCIETY

This work addresses the meanings of *Burnout* Syndrome and some reflections on the impacts on society, especially by professionals in the work environment. For this purpose, this article takes up some ideas about how work is understood, situations such as physical exhaustion, social relationships, personal life, mental health professionals and the psychological challenges of situations in these contexts the meanings of *Burnout* Syndrome, through an article by the British Broadcasting Corporation Brazil (BBC) entitled “what is 'silent dismissal' and why it can be beneficial for workers and companies”. Going through the historical course of the disease and seeking to understand how these ideas were produced in the work processes through the language in interactions. Critical and exploratory-explanatory analyzes were carried out, based on the social constructionism, which demonstrated the effects of the different shared ways of producing meanings. From the visibility of the production of meanings and the effects of these productions in everyday life, especially in the world of work, it is concluded that our relationship with work is socially constructed, and may have different meanings, from each interaction, moment historic. Thus, the meanings produced on *Burnout* Syndrome and reflections considering the impacts and resources in the work processes, can be useful for us to reflect, question and arouse an interest in new contributions to the construction of a more critical society. The work also intends to reflect on alternatives to think and experience different meanings built on the theme.

Key words: *Burnout* Syndrome. Mental Health. Social Constructionism. Work.

INTRODUÇÃO

Este artigo tratará sobre o percurso histórico da Síndrome de *Burnout* e os sentidos e efeitos acerca dela, a partir de reflexões críticas à construção social e seu impacto sobre, entre outras coisas, a influência da lógica da produção e capitalismo no cotidiano como um hábito social dado o contexto histórico-cultural que pode interferir em costumes e comportamentos, como por exemplo a invisibilidade da saúde mental. Considerando também o percurso histórico da doença, a fim de entender como estes fenômenos foram produzidos e as possíveis influências na saúde do trabalhador a partir da análise das interações do discurso e da linguagem no processo de trabalho.

Para Freudenberger (1975, apud VIEIRA, 2019) existem três dimensões da síndrome, isto é, há três âmbitos que chamam atenção para caracterização dela. O primeiro deles é descrito pela exaustão emocional, definida pela sensação de esgotamento físico e também emocional, o segundo chama-se de despersonalização ou cinismos definido pela reação negativa ou intenso afastamento da própria pessoa com relação às outras pessoas da sua rede de apoio. Por fim, o

terceiro âmbito diz sobre a realização pessoal, definido por sentimentos desconfortáveis com relação a sua própria competência e/ou produtividade no trabalho.

É a partir das discussões sobre as variáveis que influenciam a saúde mental do colaborador no ambiente de trabalho e do conceito trazido por estes autores que este artigo levanta as problemáticas: quais os sentidos e efeitos no cotidiano acerca da Síndrome de *Burnout*? Esta discussão será abordada no artigo, e desdobram-se em novos questionamentos: quais os possíveis impactos que o ambiente profissional pode ter como uma parcela de culpa do adoecimento deles? Quais os sentidos construídos em torno da conceituação que causam impactos em diferentes áreas da vida deste sujeito? Dessa forma, cabe a este artigo discutir, a partir da literatura específica sobre Síndrome de *Burnout* através de um recurso jornalístico, como estamos compreendendo socialmente este diagnóstico.

MÉTODO

O *corpus* desta pesquisa foi composto por uma notícia de um jornal que escolhemos em grupo, especificamente para este trabalho, sendo este um conteúdo jornalístico da *British Broadcasting Corporation Brasil* (BBC) intitulado “O que é ‘demissão silenciosa’ e por que ela pode ser benéfica para trabalhadores e empresas”. À vista disso, após leitura conjunta em profundidade ele foi escolhido por se tratar de um assunto presente no nosso cotidiano, trazendo uma relação ao nosso tema de estudos e os principais assuntos que se articulam com a temática, como saúde mental, trabalho, sociedade e Síndrome de *Burnout* que despertou reflexões, curiosidades e debates durante os nossos encontros. Durante leitura em profundidade, discutimos e organizamos cinco tópicos para as produções dos sentidos, sendo que cada um deles será apresentado a seguir, em resultados e discussões.

Este artigo trata-se de uma pesquisa qualitativa que segundo Godoy (1995, p. 2 e 3):

considerando, no entanto, que a abordagem qualitativa, enquanto exercício de pesquisa, não se apresenta como uma proposta rigidamente estruturada, ela permite que a imaginação e a criatividade levem os investigadores a propor trabalhos que explorem novos enfoques. Partindo de questões amplas que vão se aclarando no decorrer da investigação, o estudo qualitativo pode, no entanto, ser conduzido através de diferentes caminhos.

Com isso, de cunho exploratório – explicativo, esse método exploratório da pesquisa consiste em analisar a formação de ideias e conceitos das pessoas e aproveitando para ter uma experiência com o dilema de pesquisa, que será possível para compreensão da causa e efeito, ou seja, também se torna uma pesquisa explicativa devido a preocupação de explicar a razão e

o porquê nos aspectos observados através destes estímulos e fenômenos, chegando em uma reflexão do objeto de estudo de pesquisa das pesquisadoras (GIL, 2008).

Para este artigo o referencial teórico-metodológico utilizado foi o construcionismo social, que propõe-se a refletir criticamente através da teoria da análise do discurso e da linguagem os fenômenos sociais, compreendendo-se como a realidade e o conhecimento único são construídos e compartilhados nas interações a depender de cada comunidade, observando a verdade transcendental existente em diversos aspectos concretos e abstratos da vida e refletindo através disso, os sentidos que as pessoas produzem e desenvolvem colaborativamente nas diferentes maneiras compartilhadas de pensar e experienciar o mundo e a si mesmas (GERGEN, 2010).

Inspiradas na ideia de produção de sentidos, proposta por Spink (2003), compreendemos que nós enquanto pesquisadoras também somos seres sociais em que fazemos parte da pesquisa realizada, pois dentro da perspectiva pós-construcionista, participamos das construções sociais, inclusive da própria pesquisa, justamente por estarmos presentes, na qual todas nós estamos representando e contribuindo na construção de conhecimento tendo o que difere um dos outros a forma como elaboramos e organizamos os assuntos que nos interessam para o projeto de pesquisa (SPINK, 2003).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A análise documental do conteúdo jornalístico da BCC pelas pesquisadoras, compreendeu os sentidos construídos para este artigo que foram cinco, a saber: **1. Síndrome de *Burnout*; 2. Produtividade e capitalismo; 3. Profissionais da saúde mental; 4. Das ações não intencionais ao pensamento crítico; 5. Trabalho e identidade.** Essa pesquisa impactou e tem proporcionado reflexões nas nossas vivências estudantis e práticas de estágio causando um efeito significativo sobre a complexidade do trabalho, o sofrimento do trabalhador e como foi construído socialmente.

Síndrome de *Burnout*

O termo Síndrome de *Burnout* surgiu em 1970 pelo psicanalista Freudenberger para descrever o sentimento de esgotamento vivenciado pelos profissionais de saúde. A palavra *Burnout*, segundo Vieira (2019) significa ‘combustão completa’, termo usado em seu artigo com base na obra de Freudenberger (1975). Essa queima pode ser associada a uma intensa

sobrecarga física e psicológica que impossibilita o sujeito de realizar suas atividades laborais efetivamente devido ao estresse e ao cansaço excessivo no ambiente de trabalho (VIEIRA, 2019).

Para o psicanalista, essa síndrome é composta em três dimensões, sendo a primeira, exaustão emocional, que corresponde a uma sensação de esgotamento físico e emocional; em segundo, a despersonalização ou cinismo, que é uma reação negativa ou distanciada em relação ao cuidado/serviço; e a terceira, baixa realização pessoal, que são os sentimentos de incompetência e de perda de produtividade no trabalho (VIEIRA, 2019).

Em 1981, a psicóloga Christina Maslach juntamente com a professora Susan Jackson desenvolveu uma escala diagnóstica chamada *Maslach Burnout Inventory (MBI)*, para verificar a existência da síndrome em profissionais da saúde e da educação, se estendendo para diversas outras ocupações e países do mundo. A partir dos resultados, ficou definido que os determinantes que ocasionam o *Burnout* em trabalhadores são a organização do trabalho e a relação dele em si, e não especificamente atividades laborais ou as relações entre profissionais no ambiente de trabalho (CARLOTTO, 2007; VIEIRA, 2019).

No Brasil, a Legislação Brasileira só passou a considerar a Síndrome de *Burnout* como uma doença relacionada ao trabalho em 1999, através da Portaria N° 1339/GM de 18 de novembro de 1999. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS) (2022), em 2022 foi estabelecido a nova classificação da CID-11, efetivando sua condição como categoria diagnóstica no âmbito psicopatológica, apresentando os fatores de riscos norteadores para a realização do diagnóstico da doença, considerando os ritmos de trabalho e dificuldades físicas e psicológicas relacionadas ao trabalho (BRASIL, 1999; OMS, 2022).

Em síntese, a Síndrome de *Burnout* não se reduz à essas dimensões resultante de questões organizacionais ou do trabalho em si, apesar de ser manifestada à partir dele, evidenciam-se conjuntamente, estressores de ordem pessoal e social como, a falta de qualidade de vida que inferem sobre a vida individual e social do indivíduo e a falta de autonomia nos processos de trabalho, que ao atuarem simultaneamente, tiram a condição de sujeito capaz de realizar efetivamente seu trabalho e de ter bem-estar em todos as áreas de sua vida (CASTRO, 2007).

Portanto, para compreender esse fenômeno, é necessário situar o sujeito dentro desse conjunto de estressores, e analisar os processos de desenvolvimento dos sentidos construídos

socialmente, culturalmente e historicamente do micro para o macro em torno da síndrome e dos processos de trabalho, que aliena ou não o indivíduo (CASTRO, 2007).

No artigo jornalístico em questão, em alguns momentos aparecem a conceituação da síndrome, como podemos ver, envolvendo sentimentos relacionados especificamente ao trabalho, trazendo ser um risco significativo do excesso, que causam impactos de longo prazo na saúde biopsicossocial. Porém, percebe-se no artigo jornalístico, que a ênfase da relação do *Burnout* está muito mais associada à situação de trabalho, de como isso afeta a produtividade e o lucro empresarial, tendo como rédea a demissão silenciosa que promove a prevenção do *Burnout*, apresentando ser um gerador de equilíbrio melhor entre trabalho e vida pessoal. Refletindo sobre este discurso, a situação de estar respaldado apenas as demandas necessárias, como forma de pedir demissão, já não seria um efeito dos estressores? O fato de o artigo jornalístico propor que a demissão silenciosa é uma grande libertação, salienta-se de que há fenômenos ocorrendo nesse processo que não a prevenção do *Burnout*, mas a vivência desses sentimentos esgotadores, que traz como impacto a rejeição e a escolha por mais qualidade de vida conforme apontado também por Castro (2007).

Castro (2007) afirma que o *Burnout* também ocorre quando o sujeito perde o ideal ao se deparar com o real, em que “desejam alcançar um futuro para si próprio através da profissão que exercem e desenvolvem a síndrome quando começam a experimentar fracassos e decepções relativos a seus projetos futuros” (CASTRO, 2007, p. 20), e que quando ocorre essa desidealização, os sentimentos internos de sofrimento começam a serem externalizados e conseqüentemente diminui a realização pessoal, tendo sido no artigo jornalístico nesses seguintes trechos: “*Muitos jovens profissionais empregados que esperavam uma progressão relativamente simples na vida têm sofrido com contratos precários, incertezas no trabalho e tentativas fracassadas de comprar um imóvel*” (AHMED, 2022, p. 3) e “*Há aqueles que constantemente fazem hora extra e vão mais além no trabalho para tentar garantir promoções e bonificações — mas ainda assim enfrentam dificuldades*” (AHMED, 2022, p. 3), o que nos dá a ideia de que o ideal versus real é um dos fenômenos que ocasionam o esgotamento (CASTRO, 2007).

Entende-se, portanto, que o conceito da Síndrome de *Burnout* está atrelado a diversos sentidos que são construídos socialmente, culturalmente e historicamente, conforme citado anteriormente, como a organização do trabalho e a relação dele em si e também, estressores de ordem pessoal e social como, a falta de qualidade e a falta de autonomia, sendo importante

destacarmos alguns deles para compreendermos o processo de desenvolvimento desses fenômenos.

Produtividade e capitalismo

Atualmente, estamos inseridos em uma sociedade capitalista, cujo maior objetivo é o lucro através dos meios de produção. Importante ressaltar que a classe beneficiada por esse sistema é a burguesia pois usa da oferta de mão de obra do trabalhador para garantir suas riquezas. Por isso, a modernização contribui com a procura de mais produtividade e menos custo para empresa, gerando uma exploração, jornada de trabalho exaustiva, pressão e cobranças para conquistas de metas (BARBARA, 1999).

Além disso, a base para analisar foi através dos seguintes trechos do texto jornalístico *“relações de trabalho melhores”* (AHMED, 2022, p. 5), que fala sobre *“funcionários mais felizes são mais produtivos e engajados”* (AHMED, 2022, p. 5), *“tudo isso pode resultar em maior produtividade, o que significa, é claro, maiores lucros”* (AHMED, 2022, p. 5), *“estão estabelecendo limites para que sua identidade e autoestima não estejam vinculados a sua produtividade no trabalho”* (AHMED, 2022, p. 5), *“em vez de ficarem nervosos com a perda de produtividade, os empregados devem aproveitar este movimento de demissão silenciosa”* (AHMED, 2022, p. 5), *“levando a um maior engajamento, produtividade e lealdade: todo mundo sai ganhando”* (AHMED, 2022, p. 6). Será que realmente todos saem ganhando? O colaborador se encontra em uma dura realidade de precarização e desigualdade social prejudicando a sua saúde mental, favorecendo o adoecimento e passando por um processo de despertencimento social e fazendo com que os nossos limites não sejam respeitados, abrindo espaço para uma padronização de horas extras, atrasos no salário, perda de direitos trabalhistas, contratação temporária, má remuneração, perseguição, controle absoluto e a falta de políticas públicas como contribuintes nesta construção social do mundo do trabalho. Por isso, o colaborador acaba perdendo o sentido do trabalho e as patologias são usadas para instrumentalidade no sujeito (FRANCO, DRUCK, SELIGMANN-SILVA, 2010).

De acordo com o que foi citado acima, podemos articular com a ideia de Foucault (1975, p. 164) que afirma que: “A disciplina fabrica assim corpos submissos e exercitados, corpos “dóceis”. A disciplina aumenta as forças do corpo (em termos econômicos de utilidade) e diminui essas mesmas forças (em termos políticos de obediência) ”.

Enquanto isso, um fator que prevalece no sistema é o consumo que influencia, gerando uma necessidade individual do sujeito fazendo com que o trabalhador precise continuar produzindo para atender essa demanda gigantesca do consumo e garantir seu sustento para não ficar desempregado. As empresas estão dispostas à competitividade e sobrecarga de trabalho para conseguir um destaque na economia, por isso temos muitos trabalhadores informais que aceitam empregos de baixa qualidade e os empregados contratados fazem tudo o que a empresa pede por medo e insegurança de perder seu emprego. O colaborador sente e se sujeita a fazer atividades além do que é permitido inerente ao seu cargo, para permanecer produzindo e ganhando seu salário sem perceber que está permitindo o desvio de função (BARBARA, 1999).

Com base no construcionismo social, alicerçado na Psicologia Social, permitimo-nos analisar os discursos sociais nos fatos cotidianos, atrelados às formas como esses conhecimentos foram sendo construídos a partir das relações humanas e dos contextos em que estão inseridos, sócio-histórico e cultural, compreendendo também as influências existentes nos diálogos deste processo, dentro de uma perspectiva na qual o materialismo e o abstratismo são compreendidos como produtos sociais e não realidades independentes, mesmo porque, não existe individualidade e subjetividade sem antes ter passado pelo social, pela ligação com o outro (SPINK, 2003).

Isto é, a nossa socialização e conhecimento faz parte da construção coletiva por meio das nossas experiências sociais, isso envolve as nossas relações, percepções e linguagem, ou seja, o ser humano faz parte de uma comunidade que aceita as regras e passam por vários conflitos internos e externos que se torna um problema social (SPINK, 2010). Os seguintes trechos relacionam-se com esse sentido: “*Nos últimos 20 anos, muita gente aderiu a uma cultura global de excesso de trabalho, com o trabalho não remunerado se tornando uma parte esperada de muitos empregos.*” (AHMED, 2022, p. 2) e “*Também pode ajudar a separar sua autoestima do trabalho. Quando tudo o que você faz é trabalhar, é difícil não derivar seu senso de valor dele.*” (AHMED, 2022, p. 4).

Além destes, “*Falhas percebidas no trabalho, como não conseguir uma promoção ou reconhecimento por suas realizações, podem ser internalizadas como falhas pessoais.*”

(AHMED, 2022, p. 4) e “*Isso pode aumentar a ansiedade — e deixar você preocupado com a busca por formas de melhorar seu desempenho*” (AHMED, 2022, p. 4).

Profissionais da saúde mental

A incidência do esgotamento físico e emocional no âmbito profissional tem sido significativa em profissionais da saúde, tendo ganhado maior destaque no período pandêmico da COVID-19, em que o mesmo apresentou a sociedade os impactos negativos no âmbito laboral que inferem sobre o pessoal e social do sujeito (JARRUCHE, 2021).

Nos discursos midiáticos têm se debatido consideravelmente sobre a Síndrome de *Burnout* em profissionais de saúde, especificamente médicos e enfermeiros, por estarem situados em processos de trabalho que demandam extremidades de si, e que conseqüentemente causam a sobrecarga, exaustão física e psicológica, o descontentamento com o trabalho e principalmente, a má qualidade de vida (JARRUCHE, 2021).

Ao pensar na proposição desse artigo jornalístico e através de revisão bibliográfica, observamos uma predominância de pesquisas que envolvem profissionais de medicina e enfermagem e a escassez de profissionais da saúde que atuam na área de saúde mental em instituições públicas e privadas. Por isso, refletimos o porquê não se tem o olhar para os profissionais dessa área através dos sentidos elaborados em torno dessa construção social que coloca o médico e o enfermeiro como protagonistas ou mesmo únicos de uma área que precisa de cuidados psicológicos (ALMEIDA, 2016).

Entende-se, que atualmente, muitas empresas e instituições têm debatido sobre a Síndrome de *Burnout* em suas organizações internas e externamente para a sociedade, apresentando ser importante falar sobre saúde mental. Porém, mesmo trabalhando com estas ações psicoeducativas ou ações de conscientização sobre o tema, pensa-se no bem-estar do sujeito ou no bem-estar do colaborador? (ALMEIDA, 2016).

Percebemos que o artigo jornalístico não faz relação direta com os profissionais de saúde, mas que apresenta que o esgotamento profissional está inserido no mundo do trabalho como um todo, o que nos faz pensar sobre ainda a necessidade de um olhar para os processos de trabalho no âmbito de profissionais psicólogos, assistentes sociais, fonoaudiólogos, que estão inseridos em contextos de saúde mental.

Das ações não intencionais ao pensamento crítico

O trabalho possui uma coerção externa, com base em normas e regras estabelecidas por empresas ou instituições e pelas legislações, em que se mantém enraizado nas culturas e grupos sociais, produtividade como definição do sujeito, trabalho como constituição de subjetividade e vivências frequentes do cotidiano que causam uma percepção fragmentada e que não permite uma compreensão analítica do contexto de trabalho e de vida (MEDINA, 2002 APUD APPEL-SILVA, 2006). Este enraizamento na cultura produz os sentidos e significados atrelados ao trabalho e os modos de viver perante a ele, que, internalizados pelos sujeitos, torna-se uma coerção interna, que dificulta a aquisição de um pensar crítico em relação aos aspectos do seu ritmo de trabalho, que influenciam na saúde mental e na vida pessoal (APPEL-SILVA, 2006).

O sofrimento ou adoecimento decorrente da precarização das condições e dos processos de trabalho são enfrentados por trabalhadores que se implicam subjetivamente com as suas atividades laborais e conseguem dar conta delas e dos objetivos e metas, tendo que se regular em sua rotina dentro ou fora do serviço para lidar com as demandas. Nisso, o trabalho se torna, subjetivamente de forma não intencional e que é dado de forma sócio-histórico, um espaço de sofrimento e prazer ao mesmo tempo (NASCIMENTO, 2019).

Percebeu-se nos debates que realizamos sobre os processos de produções de sentidos sociais e os discursos midiáticos, que atualmente, as pessoas têm realizado uma mobilização subjetiva a respeito da importância de trabalhar para viver e não mais viver para trabalhar. Essa mobilização subjetiva, segundo Dejours (1999 apud NASCIMENTO, 2019, p. 41) é conceituada como “um processo caracterizado pelo uso dos recursos psicológicos do trabalhador e pelo espaço público de discussões sobre o trabalho, em que há deliberações”, sendo vivenciada de forma particular por cada indivíduo, permitindo a transformação do sofrimento através da reconstrução de novos significados e do resgate do sentido do trabalho, que parte progressivamente para o coletivo social no mundo do trabalho. Atualmente, no ambiente laboral e nas mídias sociais tem se pautado a importância da saúde mental, abrangendo para o social esse novo sentido construído em relação ao sujeito no seu viver cotidiano (NASCIMENTO, 2019).

Os impactos desse sentido na pós-modernidade estão nas indiferenças por parte dos sujeitos em relação ao trabalho, na falta de vínculo com as tarefas e no compromisso parcial em relação aos resultados que devem ser alcançados, como uma forma de expressão de uma percepção que anteriormente era fragmentada, e não se compreendia complexamente os

modelos de trabalho e de produtividade, e que a empresa constituía a subjetividade do indivíduo. Podendo ver estes efeitos no artigo jornalístico, que discorre que a atual geração não tem permitido que o trabalho o sobrecarregue e tome conta de sua vida, mas que seja um propósito satisfatório e equilibrado, que faz parte do seu viver e não mais é o seu viver coerente com o que Pereira (2016) e Rohm (2015) propõem.

No modelo de trabalho flexível, em que os sujeitos possuem liberdade e autonomia nos processos, possibilitou ao longo do tempo, a desconstrução de ideologias sociais que se entremeiam na intersubjetividade, possibilitando a construção de percepções mais completas sobre o mundo do trabalho, sua relação com a vida pessoal, saúde mental e qualidade de vida, trazendo o planejamento e o pensamento crítico dos contextos vivenciais e a autogestão da subjetividade com as práticas culturais e com outros sujeitos (APPEL-SILVA, 2006).

Desse modo, é possível perceber na atualidade o início de uma nova construção de subjetividades, sentidos e argumentos sobre o trabalho e sua relação com o viver, apresentando-se não mais como primordial, como controle de vida, e sim a busca de uma constituição de sujeito, pessoal, que alcance um propósito nele, com maior flexibilidade, postura mais ativa e um novo estilo de viver, sem permitir que este tenha controle sobre o indivíduo, diminuindo a culpabilização do funcionário, no qual hoje nega essa realidade anteriormente construída socialmente, culturalmente e historicamente (PEREIRA, 2016).

Essa construção da mudança de paradigma, na qual estão as transformações das concepções dos sujeitos em relação ao trabalho, traz alterações na subjetividade individual que delineia para os fenômenos sociais, realizando uma análise complexa e crítica de como a sociedade e as culturas têm fomentado a representação do mundo e do ser humano na lógica da produtividade e da fragmentação do sujeito (ROHM, 2015).

No texto estas reflexões aparecem nos seguintes trechos: *“Talvez em resposta a esta decepção, um estudo recente da consultoria Deloitte mostrou que os jovens estão cada vez mais buscando flexibilidade e propósito em seu trabalho, além de equilíbrio e satisfação em suas vidas.”* (AHMED, 2022, p. 3) e em *“Muitos jovens profissionais estão agora rejeitando o estilo de vida de ‘viver para o trabalho’, continuando a trabalhar, mas não permitindo que o trabalho controle suas vidas.”* (AHMED, 2022, p. 3).

Trabalho e identidade

O homem é considerado como um ser de relações sociais e históricas, que se constitui no seu movimento, incluindo e preservando as normas e valores vigentes na cultura evidenciando que a forma como o indivíduo organiza seu pensamento e seu comportamento deriva do contato que tem com o outro, logo entende-se a necessidade de considerar não apenas o indivíduo como um ser social, mas também um indivíduo influenciado por padrões culturais em relação à sociedade em que vive (CATÃO, 2011), conforme foi exemplificado no trecho a seguir no artigo jornalístico, “*nos últimos 20 anos, muita gente aderiu a uma cultura global de excesso de trabalho*” (AHMED, 2022, p. 2). Esta cultura tem grande impacto não só no bem-estar dos trabalhadores, mas também nas suas famílias e nos ambientes sociais dos quais os indivíduos dependem para uma vida saudável.

Em uma sociedade em que os indivíduos estão inseridos dentro do sistema capitalista, que define o papel destes indivíduos de acordo com sua função no mercado, a sociedade e a cultura giram em torno dessa atividade para o andamento do sistema econômico que frequentemente são tidas como sendo "naturais", pois todas as outras relações humanas estão em torno desses processos ou a fim de facilitá-los (BARBARA, 1999). No artigo jornalístico traz que “*há aqueles que constantemente fazem hora extra e vão mais além no trabalho para tentar garantir promoções e bonificações*” (AHMED, 2022, p. 4). Perante o exposto, entende-se que os trabalhadores remunerados são considerados os recursos cujo tempo e energia são mais bem gastos no ambiente de trabalho.

É notório que as atividades laborais são vistas como bases fundamentais para a construção de identidades, os indivíduos que se integram ao mundo do trabalho se reconhecem (e são reconhecidos) como agentes moralmente aceitáveis, conforme citado anteriormente, são respeitados de acordo com a sua profissão, por outro lado, as atividades não remuneradas não têm o mesmo papel no sentido do sujeito (LIMA, 2007).

“Portanto, embora a ação humana não se restrinja ao trabalho, este passou a ser concebido, a partir da perspectiva aberta por Marx, como mediador por excelência entre o homem e a natureza, mas também como a protoforma de todas as atividades humanas” (LIMA, 2007, p. 2), ou seja, em uma sociedade que estimula a produtividade e o trabalho remunerado, concebe-se um sistema de valores que coloca os compromissos familiares, as relações sociais e o bem-estar do trabalhador como secundários em relação à produtividade e ao lucro. A cobrança exacerbada de si mesmo decorrente desse contexto e/ou pelos superiores acabam impactando de forma negativa na vida pessoal e profissional, uma vez que, esses profissionais se dedicam

muito para o trabalho e se esquecem dos momentos de descontração e relaxamento. Efeito este também percebido no artigo jornalístico quando ele nos traz “*quando tudo o que você faz é trabalhar, é difícil não derivar seu senso de valor dele*” (AHMED, 2022, p. 5).

Diante deste contexto, Gramacho (2012) nos faz refletir sobre a importância do equilíbrio e a influência que ambas as áreas pessoal e profissional possuem uma sobre a outra, exemplificado no trecho a seguir do artigo jornalístico “*quando as pessoas estão se sentindo felizes, é mais provável que sejam mais amigáveis e abertas, promovendo amizades no local de trabalho — o que muitas relatam como uma parte significativa de sua satisfação no trabalho*” (AHMED, 2022, p. 6). Considerando que em nossas vidas, os campos da família e da carreira se tocam de inúmeras maneiras e estão intimamente relacionados, visto que, cada uma dessas áreas exige recursos, como tempo e esforço aliado ao fato de que em certo sentido, o trabalho é visto como um meio de obtenção de recursos financeiros para sustentar a vida fora do trabalho, incluindo todas as suas atividades e circunstâncias específicas, tornando o equilíbrio entre os papéis ainda mais importante, visto que, a vida fora do trabalho constitui cada vez mais uma fonte central de reconhecimento e identidade (GRAMACHO, 2012).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esta pesquisa propôs discutir os sentidos construídos a partir de debates sobre as produções sociais e midiáticas, sobre a conceituação da Síndrome de *Burnout*, compreendendo a diversidade de sentidos relacionados ao termo; da produtividade capitalista que se inserem sob a síndrome; a (in)visibilidade dos profissionais de saúde mental; as ações não intencionais dos sujeitos nos processos de trabalhos e o adoecimento e; o ideal versus real, que influenciam na vida pessoal e social do sujeito, envolvendo sua identidade e suas redes sociais, pensando-se como essas questões vão sendo vistas ou ocultas por quem vivencia, trazendo uma reflexão crítica dos discursos midiáticos e de como essas ideias foram sendo desenvolvidas socialmente e culturalmente ao longo da história.

A partir dessa análise, observamos que as produções desses sentidos estão fortemente entrelaçadas ao contexto histórico e sociocultural do sujeito, que permeia do individual para o social, sendo a re (construção) de significados parte das transformações sociais no mundo do trabalho e nas intersubjetividades da sociedade.

No entanto, foi possível refletir que a partir da historicidade, a Síndrome de *Burnout*, traz como conceituação um diagnóstico que coloca o indivíduo como um sujeito com transtorno

mental, em decorrência de sintomas que são relacionados ao trabalho e que perpassam pela vida pessoal e pela qualidade de vida, mas que com as transformações sociais e mudanças de paradigmas sobre saúde mental, ocorrem novas construções de significados como, a interpretação dos outros contextos de vida do sujeito e as ações não intencionais nesses espaços.

Nesse sentido, percebemos que a lógica da produtividade está intimamente ligada nesses processos, como a visão de lucro, a precarização e a desigualdade, e que possibilitam aos indivíduos imersos nessa ideologia, as ações não intencionais, não percebidas que causam o adoecimento psicológico e emocional por idealização do ideal para si e a construção desses sentidos dado a seu contexto social, sentidos que fragmentam o sujeito e coloca o trabalho como movedor da vida. No entanto, percebeu-se uma movimentação de mudança das intersubjetividades na sociedade dado aos acontecimentos históricos como, por exemplo, a pandemia, que trouxe como efeito um destaque maior para a importância do cuidado à saúde mental e do perceber do sujeito sobre os impactos em outras áreas de sua vida.

Para fins, analisamos que a construção do *Burnout* e seu impacto social promoveu uma atenção maior por parte das pessoas e das empresas ou instituições sobre o adoecimento no espaço laboral, mas sem destaque ainda sobre os profissionais que atuam em instituições de saúde mental. Ainda, se faz pertinente, como visto no artigo jornalístico, observar que ocorrem estratégias de visão de lucro a partir da prevenção do adoecimento. Esses diferentes sentidos que dão a conceituação possibilitam que o sujeito social se adapte conforme a sua necessidade e tenha saúde mental e ações intencionais para o processo de qualidade de vida.

Contudo, reconhecemos que este estudo tem algumas limitações como, se tratar de um trabalho de conclusão de curso, e também por existir diferentes outros assuntos que permeiam o tema em questão como, a medicalização da vida, o autodiagnóstico, a indústria farmacêutica, trabalho flexível, entre outros. Além disso compreendemos a articulação com as discussões sobre modelos de trabalho e trabalho alienante, proposto pelo autor Saito (2021), sobre Marx, porém este não foi o escopo deste presente trabalho. Compreendemos que esta pesquisa pode ter outros desdobramentos, explorados em outras pesquisas, sendo imprescindível relacionar com o mundo do trabalho, criando alternativas através de políticas públicas de saúde e possibilidades e cuidado também no âmbito da Psicologia Organizacional e do Trabalho e da Psicologia Clínica.

Ademais, esta pesquisa pôde contribuir com reflexões críticas importantes à sociedade em geral sobre a construção social, histórica e cultural dos processos de trabalho, de como isso

está sendo permeada a importância do cuidado à saúde mental. Em específico, as reflexões sobre os impactos da Síndrome de *Burnout*, a partir destes sentidos construídos por nós enquanto acadêmicas de Psicologia e pesquisadoras, através da vivência social, leitura do artigo jornalístico e estudo teórico sobre o tema. Assim, observamos a base das construções e transformações de sentidos e impactos na sociedade e no mundo do trabalho e poderemos avançar em novos estudos sobre a temática.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALMEIDA, L. A.; et al. Fatores geradores da Síndrome de *Burnout* em profissionais da saúde. **Revista Fundam. Care. Online**, v. 8, n. 3, p. 4623-4628, 2016.

AHMED, N. O que é ‘demissão silenciosa’ e por que ela pode ser benéfica para trabalhadores e empresas. **British Broadcasting Corporation Brasil (BBC)**, 2022. Disponível em: <<https://www.bbc.com/portuguese/geral-62634185>>. Acesso em: 05 de set. 2022.

APPEL-SILVA, M.; BIEHL, K. Trabalho na pós-modernidade: crenças e concepções. **Revista Mal-Estar e Subjetividade**, v. 6, n. 2, p. 518-534, 2006.

BARBARA, M. M. Reestruturação produtiva, qualificação, requalificação e desemprego: percepção e sofrimento do trabalhador. **Revista Psicologia, Ciência e Profissão**, v. 19, p. 30-49, 1999.

CASTRO, F. G.; ZANELLI, J. C. Síndrome de *Burnout* e projeto de ser. **Cadernos de Psicologia Social do Trabalho**, v. 10, n. 2, p. 17-33, 2007.

CATAO, Maria de Fátima. O ser humano e problemas sociais: questões de intervenção. **Temas psicol.**, Ribeirão Preto, v. 19, n. 2, p. 459-465, dez. 2011. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-389X2011000200009&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em 14 out. 2022.

CLASSIFICAÇÃO INTERNACIONAL DE DOENÇAS 11º REVISÃO (CID-11). ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Disponível em: <<https://icd.who.int/en>>. Acesso em: 05 de set. 2022.

FRANCO, Tânia; DRUCK, Graça; SELIGMANN-SILVA, Edith. As novas relações de trabalho, o desgaste mental do trabalhador e os transtornos mentais no trabalho precarizado. **Revista brasileira de saúde ocupacional**, v. 35, p. 229-248, 2010.

FOUCAULT, Michel. **Vigiar e Punir: nascimento da prisão**; tradução de Raquel Ramalhete. 37. ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2009.

GIL, A. C. Métodos e técnicas de pesquisa social. 5. ed. São Paulo: **Atlas**, 2008.

GERGEN, K. J.; GERGEN, M. **Construcionismo social**: um convite ao diálogo. Rio de Janeiro: Instituto Noos, 2010

GODOY, A. S. Pesquisa qualitativa: tipos fundamentais. **Revista de Administração de empresas**, v. 35, n. 3, p. 20-29, 1995.

GRAMACHO, P. C. V. G. **Conflito trabalho-família**: importância das horas de trabalho e relação com o *Burnout* e o engagement. Dissertação (Mestrado em Psicologia) - Faculdade de Psicologia, Universidade de Lisboa. Lisboa, p. 1-31, 2012.

JARRUCHE, L. T.; MUCCI, S. Síndrome de *Burnout* em profissionais da saúde: revisão integrativa. **Revista Bioét.**, v. 29, n. 1, p. 162-173, 2021.

LEMONS, F. C. S.; GOMES, G. S. L.; OLIVEIRA, P. T. R. Medicalização e normalização da sociedade. **Revista Polis e Psique**, v. 10, n. 3, p. 77-97, 2020.

LIMA, Maria Elizabeth Antunes. Trabalho e identidade: uma reflexão à luz do debate sobre a centralidade do trabalho na sociedade contemporânea. **Educação & Tecnologia**, [S.l.], v. 12, n. 3, fev. 2011. ISSN 2317-7756. Disponível em: <<https://seer.dppg.cefetmg.br/index.php/revista-et/article/view/107>>. Acesso em: 03 nov. 2022.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. GABINETE DO MINISTRO. **Portaria Nº 1339, de 18 de novembro de 1999**. Brasília, 1999.

NASCIMENTO, B. M. F.; MUNIZ, H. P. Mobilização subjetiva: do sofrimento ao viver criativo no trabalho. **Estudos Contemporâneos da Subjetividade**, v. 9, n. 1, p. 40-52, 2019. Disponível em: <<http://www.periodicoshumanas.uff.br/ecos/article/view/2527/1631>>. Acesso em: 29 de out. 2022.

PEREIRA, E. F.; TOLFO, S. R. Estudos sobre sentidos e significados do trabalho na psicologia: uma revisão das suas bases teórico-epistemológicas. **Revista Psicol. Argum.**, v. 34, n. 86, p. 302-317, 2016. Disponível em: <<https://periodicos.pucpr.br/psicologiaargumento/article/view/18252/17670>>. Acesso em: 02 de out. 2022.

ROHM, R. H. D.; LOPES, N. F. O novo sentido do trabalho para o sujeito pós-moderno: uma abordagem crítica. **Cadernos EBAPE**, v. 13, n. 2, p. 332-345, 2015. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/cebape/a/kvLGggJXwsQhgWypXXnpZ9r/?format=pdf&lang=pt>>. Acesso em: 02 de out. 2022.

VIEIRA, I.; RUSSO, J. A. *Burnout* e estresse: entre medicalização e psicologização. **Revista de Saúde Coletiva**, v. 29, n. 2, p. 1-22, 2019. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/physis/a/57RLsw3NPS4YRKzMLHPGyTy/?format=pdf&lang=pt>>. Acesso em: 04 de abr. 2022.

SAITO, K. O ecossocialismo de Karl Marx: capitalismo, natureza e a crítica inacabada à economia política. 1ª ed. Boitempo Editorial. 2021.



SPINK, M. J. **Linguagem e produção de sentidos no cotidiano**. Centro Edelstein de Pesquisas Sociais. Rio de Janeiro: 2010.

SPINK, P. K. Pesquisa de campo em Psicologia Social: uma perspectiva pós-construcionista. **Revista Psicologia & Sociedade**, v. 15, n. 2, p. 18-42, 2003.