

1-Origens e constituição do desgaste mental relacionado ao trabalho. Contextos externos ao trabalho e contextos de trabalho.¹

O desgaste mental é indissociável do desgaste geral da saúde. Focalizaremos aqui o desgaste mental, mas será necessário ter presente que o processo no qual este é gerado não pode ser isolado da “produção” e evolução de outros tipos de desgaste e adoecimento relacionados ao trabalho. Por exemplo, a intensificação do trabalho que produz ansiedade e pode levar ao esgotamento profissional (*burnout*) também ocupa centralidade na gênese das LER/DORT, as patologias de maior incidência atualmente, na área de Saúde do Trabalhador.

Assim, os fenômenos que convergem para constituir o desgaste, partem de diferentes origens:

- Do **contexto político e social** em seus vários âmbitos: do *macro* ao comunitário e ao familiar. São aí analisados fenômenos como dominação, dependência e autonomia; assim como aspectos de ordem psicossocial :diferenciados segundo sejam propícios ou não ao desenvolvimento de confiança, laços de solidariedade.e interlocução sincera.A análise dos impactos da reestruturação produtiva subordinada á ideologia neoliberal permite entendimento de aspectos perversos e adoecedores resultantes de mudanças nas políticas e práticas organizacionais
- Das **estruturas de produção, que, a partir da economia mundializada,** configuram, em diferentes patamares, as **situações de trabalho** -nos espaços em que se realiza o trabalho humano. Temos aí, desde organizações transnacionais a pequenas empresas locais e trabalhadores autônomos. Os fluxos e contrafluxos de poder e resistência impactam e mobilizam os seres humanos que trabalham. Nos **diferentes espaços** deste sistema complexo, ocorrem **interações** que apresentam repercussões coletivas e individuais. Isto é, estes processos, de natureza política e econômica, ressoam coletivamente, alterando os vínculos humanos e, ao mesmo tempo, repercutem nos indivíduos, em seu todo psicofísico, e, portanto, também na subjetividade e na saúde.
- A **mobilização de aspectos afetivos** - sentimentos e emoções , principalmente – ocupa posição importante na gênese do mal-estar e dos processos que produzem

¹ Texto síntese organizado e enviado pela Prof^a Edith Seligman. Março de 2010. São Paulo.

dor psíquica (sofrimento psíquico) e um desgaste mental que pode dar origem a quadros clínicos de distúrbio psíquico (transtorno mental). Um importante conjunto de medos, raiva, tristeza, inveja e ciúmes são alguns dos sentimentos mobilizados nas situações de trabalho. A vivência de impotência diante da injustiça e da exploração, assim como o *ressentimento (articulado à impotência)* apresentam papel importante nessa dinâmica que pode levar a distúrbios psicossomáticos ou psicopatológicos.

- Das **características pessoais e trajetórias individuais de vida e trabalho.**

Situação de trabalho:

Para possibilitar análises mais objetivas – tanto nas práticas da *clínica do trabalho* quanto nas da denominada *ergonomia situada*, o olhar do pesquisador toma como foco a **situação de trabalho**. *Os fenômenos que se articulam* na configuração das **situações de trabalho** são múltiplos e complexos. Alguns são formalmente instituídos e outros emergem no cotidiano das relações sociais e interpessoais. Podemos distinguir e destacar, como **categorias de análise** situacional relevantes para o estudo da saúde no trabalho em sentido amplo, e também para entendimento de processos de desgaste mental. :

a) As **relações sociais de trabalho** e em sua vinculação à política de pessoal da empresa . A **precarização** dessas relações-no trabalho terceirizado, quarteirizado; nos contratos temporários e em outras modalidades de precarização, vem sendo correlacionada ao adoecimento mental, a acidentes do trabalho e diferentes tipos de adoecimento relacionados ao trabalho.

b) A **organização formal do trabalho**: incluindo o **controle** do trabalho prescrito, e, entre outros aspectos, a hierarquia e a divisão do trabalho, as tarefas designadas, as características **temporais** - duração das jornadas; horários de trabalho diurnos, noturnos ou regimes de turnos alternados; duração e frequência das pausas; intensidade dos ritmos; além das **formas de controle e avaliação** instituídas.- que, em certas organizações, além de analisar atividades de trabalho, utilizam critérios de julgamento que são de ordem moral ou mesmo político-ideológico.

c) as **atividades do trabalho real** - e os esforços humanos que acarretam, descritos como **cargas de trabalho** físicas, cognitivas e psicoafetivas - intimamente interrelacionadas;

d) Os **conteúdos significativos** do trabalho **1)** tendo em vista o contexto cultural envolvente em seus valores, e em tudo o que tenha relação com o

reconhecimento social esperado pelo indivíduo trabalhador. Lembrando que prejuízos ao justo reconhecimento assumem relevância para a auto-imagem, identidade e saúde mental. 2) Considerando aspectos do **histórico pessoal** (biográfico, ocupacional e de saúde), gênero, sua inserção sócio-cultural e características psicológicas individuais - especialmente aspirações.

e) O **ambiente físico, químico e biológico do trabalho**, incluindo-se a análise das articulações deste com o **meio ambiente** em que decorre a vida exterior ao local de trabalho.

f) as **relações interpessoais** no trabalho e o modo como são vivenciadas.

Outros aspectos relevantes: *Relações de poder ; comunicações ; mudanças tecnológicas* .Permeando os aspectos acima elencados, deve ser destacada a importância das **relações de poder** e das **comunicações**, assim como as repercussões derivadas do ***modo de introdução das mudanças tecnológicas***. Estes aspectos, portanto, tem que ser considerados para pensar a **prevenção e a promoção de saúde nos ambientes de trabalho**.

Condições gerais de vida dos atores do trabalho: por um lado, derivam da inserção social e dos recursos econômicos dos empregados, pelo outro decorrem também do desenvolvimento de **políticas sociais** adequadas pelo Estado. Da mesma forma, torna-se indispensável a existência de adequada **proteção ambiental** e infraestrutura básica para tal. Portanto, a situação de saneamento, assim como o acesso a recursos educacionais e de saúde, habitação, transportes e abastecimento alimentar estão integrados à questão da saúde dos trabalhadores assim como à da saúde da população geral. Igualmente, são valiosas para a saúde as possibilidades de participação comunitária e social em geral, de lazer significativo e acesso a práticas esportivas.

O **acesso** da população trabalhadora aos serviços de Saúde e Educação oferece desafios especiais em países e regiões onde aspectos socioeconômicos e geográficos convergem para a existência de populações isoladas que trabalham expostas a grandes riscos , que muitas vezes não são alcançadas pela fiscalização governamental nem pelas ações de Saúde preventivas e de assistência médica. - como é o caso de populações rurais da Amazônia.