

RESENHA DO ARTIGO: ASSÉDIO, VIOLÊNCIA, ESTRESSE E BURNOUT NO TRABALHO, DE PEDRO GUILHERME BASSO MACHADO

ARTICLE REVIEW: HARASSMENT, VIOLENCE, STRESS AND BURNOUT AT WORK, BY PEDRO GUILHERME BASSO MACHADO

Luciano Cicero da Silva¹

Álefe Augusto Rodrigues Alves²

Cassiana Tomael³

Paulo Henrique Ferreira Manso⁴

Valquíria Rodrigues Alves⁵

Resumo: Essa resenha apresenta o artigo “Assédio, Violência, Estresse e Burnout no Ambiente de Trabalho”, escrita por Pedro Guilherme Basso Machado, publicada pela revista Pesquisador do Grupo de Estudos e Pesquisas Sobre Estresse e Burnout - GEPEB. O artigo apresentado pelo autor busca uma do assédio, violência, estresse e burnout no ambiente de trabalho mostrando suas consequências. A partir dos apontamentos revelados no artigo, e o desenvolvimento de estudos e ações sobre a temática, uma vez que há necessidade de ações legais, éticas, ambientais, relacionais que possibilitem o enfrentamento dessas questões e preservem a saúde ocupacional desses profissionais.

Palavras-chave: Assédio, Ambiente, Saúde.

1 Doutorando em Saúde Pública e mestre em Administração pela UCES (Argentina), MBA em Estratégia Empresarial pelo Centro Universitário Barão de Mauá, MBA em Desenvolvimento de Pessoas pelo Centro Universitário Barão de Mauá, professor dos cursos de graduação na FACESB.

2 Aluno do curso de Tecnologia de Recursos Humanos da FACESB.

3 Aluna do curso de Tecnologia de Recursos Humanos da FACESB.

4 Aluno do curso de Tecnologia de Recursos Humanos da FACESB.

5 Aluna do curso de Tecnologia de Recursos Humanos da FACESB.

Abstract: This review presents the article “Harassment, Violence, Stress and Burnout in the Workplace”, written by Pedro Guilherme Basso Machado, published by the magazine Researcher of the Study and Research Group on Stress and Burnout - GEPEB. The article presented by the author seeks to understand harassment, violence, stress and burnout in the workplace, showing its consequences. Based on the notes revealed in the article, and the development of studies and actions on the subject, since there is a need for legal, ethical, environmental and relational actions that make it possible to face these issues and preserve the occupational health of these professionals.

Keywords: Harassment, Environment, Health.

INTRODUÇÃO

O autor destaca a mercantilização associada à precarização do trabalho dependendo do ambiente, tem produzido consequências nefastas para a saúde e bem-estar desses profissionais que ora convivem com visível desvalorização profissional. Carga horária excessiva, expectativa de alto desempenho, longas jornadas, plantões a distância, baixa autonomia, condições precárias de trabalho. Para as mulheres, soma-se ainda a perda do direito ao afastamento remunerado na gravidez, parto e lactação. Além disso, estas acumulam a culpa pela não atenção adequada aos filhos, o que aumenta a sobrecarga e o desgaste profissional (MACHADO, 2015)

DESENVOLVIMENTO

Para iniciar a artigo o autor fala sobre a sobrecarga de atividades no trabalho é considerada como um dos motivos que leva ao estresse no ambiente de trabalho. Isso acontece devido às exigências que são impostas no ambiente e que sempre ultrapassam nosso limite de capacidade de adapta-

ção. Os quatro fatores que resultam na sobrecarga no trabalho são: urgência do tempo; responsabilidade excessiva; falta de apoio; expectativas contínuas de nós mesmos e daqueles que estão a nossa volta (SIVIERY, 2002).

Assim ele determina o estresse diário no local de trabalho:

é inevitável e é visto como um mecanismo de adaptação essencial à vida contemporânea; em nível aceitável, funciona para manter trabalhadores em alerta, motivados, hábeis para trabalhar e aprender, dependendo dos recursos disponíveis no local de trabalho e das características pessoais¹⁰. Quando excessivo, pode produzir efeitos danosos sobre o profissional, às pessoas a quem presta serviço e à própria instituição. (MACHADO, 2015)

Para conceituar as fontes de estresse no ambiente de trabalho o autor destaca várias fontes e podem ter relação com a cultura da empresa- clima laboral e o tipo de trabalho; com fatores externos- como relações interpessoais negativas, falta de participação e colaboração; com fatores intrínsecos pessoais- ambiguidade e conflito de papéis, desenvolvimento da carreira profissional, trabalho limitado, monótono, temporal, repetido. Há ainda o medo de errar, do desemprego; baixo salário, entre outros (MACHADO, 2015).

Os efeitos do estresse no indivíduo dependem do tipo de estressor, tempo de exposição, de ter apoio ou não do meio (colegas de trabalho e chefia) e de características do indivíduo: personalidade, robustez intelectual e emocional e de suas experiências anteriores. Persistindo, pode evoluir para a síndrome de burnout, descrita como falta de estímulo e de prazer no trabalho, associados ao cansaço, falta de energia, irritabilidade e outros (MACHADO, 2015).

Em relação a síndrome de burnout, o autor fala que constitui de três dimensões: Exaustão emocional (EE) manifestação do estresse, cansaço; Despersonalização ou desumanização (DE) com atitudes negativas ou inapropriadas frente aos clientes e colegas, irritabilidade, perda do idealismo e absenteísmo; e Reduzida realização profissional (RRP) que se manifesta por produtividade reduzida, moral baixo e inabilidade para dar conta do Cadernos da Escola de Saúde ISSN 1984 – 7041 4 Cad. da Esc. de Saúde, Curitiba, V.23 N.1: 01-16 trabalho^{11,12}. O diferencial da síndrome é a dimensão

DE, com caráter defensivo, é reação ao estresse crônico, à exaustão emocional (MACHADO, 2015).

Pereira (2002, p.38-43) menciona uma lista extensa contendo os sintomas que são associados a síndrome de burnout, subdividindo-os em Físicos, Psíquicos, Comportamentais e Defensivos. Os sintomas físicos são compreendidos como: fadiga constante e progressiva; dores musculares ou osteomusculares; distúrbios de sono; cefaleias, enxaquecas; perturbações gastrointestinais; imunodeficiência; transtornos cardiovasculares; distúrbios do sistema respiratório; disfunções sexuais e alterações menstruais nas mulheres. Os sintomas psíquicos incluem: falta de atenção, de concentração; alterações de memória; lentificação do pensamento; sentimento de alienação; sentimento de solidão; impaciência; sentimento de impotência; labilidade emocional; dificuldade de autoaceitação, baixa autoestima; astenia, desânimo, disforia, depressão; e desconfiança, paranoia.

Na síndrome, ocorrem sintomas emocionais, transtornos psicossomáticos, como fadiga constante, distúrbios do sono, cefaleia. Alterações comportamentais como irritabilidade, agressividade, incapacidade para relaxar. Pode ocorrer o aumento no consumo de substâncias psicoativas e alterações psíquicas, como falta de atenção e concentração, alteração de memória, baixa autoestima, pensamento lento, sentimento de alienação e solidão. Como defesa, os indivíduos podem apresentar tendência ao isolamento, sentimento de onipotência e absenteísmo (MACHADO, 2015).

Nas mulheres o autor destaca um maior stress no ambiente de trabalho, pois relaciona com a mistura do ambiente de casa, filhos e até mesmo estudos, onde a minoria dos homens tendem a ter todas essas atividades simultâneas. Assim como a perda do direito ao afastamento remunerado na gravidez, parto e lactação. Além disso, estas acumulam a culpa pela não atenção adequada aos filhos, o que aumenta a sobrecarga e o desgaste profissional (MACHADO, 2015).

É importante mencionar que prejuízos ocasionados pela prática assediada não afeta apenas o trabalhador, uma vez que gera afastamentos, absenteísmos, baixa na produtividade, desmotivação, troca constante de funcionários e baixa qualidade nos serviços prestados, o que gera perdas também ao empregador. Portanto, é necessário a implantação de medidas que visem coibir esta conduta dentro dos ambientes laborais, instruindo e capacitando os gestores sobre as condutas e postura a serem

adotadas.

CONCLUSÃO

Portanto o autor destaca também o elevado o percentual de profissionais que teriam sofrido assédio /violência no trabalho em diversos contextos, aliado aos indicadores de estresse e burnout na presente amostra, sugerem ambiente de trabalho inadequado e que necessita de mudanças para a promoção da saúde.

Nota-se que o ambiente de trabalho quando não é um lugar tão saudável torna-se ameaçador a saúde do trabalhador que durante boa parte do seu dia permanece nele, o que favorece o aparecimento de inúmeras doenças. O assédio, o stress e qualquer tipo de violência é uma prática perversa utilizada pelos superiores hierárquicos com o intuito de isolar o assediado do grupo, de humilhá-lo ou constrangê-lo a pedir demissão. Os danos causados são tão graves e intensos a ponto de gerar um ambiente propício ao desencadeamento de doenças diretamente ligadas a atividade funcional, que por serem consideradas doenças do trabalho provocam o afastamento do trabalho.

REFERÊNCIAS

MACHADO, P. G. B. (2015). Assédio, Violência, Estresse E Burnout No Trabalho. *Cadernos Da Escola De Saúde*, 23(1), 1-16.

SIVIERI, H. L. Saúde no trabalho e Mapeamento dos Riscos. *Saúde Meio Ambiente e Condições de Trabalho*, Rio de Janeiro: FIOCRUZ, cap. 8, p. 75-82. (Mimeo).

PEREIRA, Ana Maria T. Benevides. *Burnout: quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador*. 4. ed. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2014.