

29-02-2024

Falando de *Burnout* com o Ministério da Saúde*

Claudia Osorio*

[Professora aposentada e Docente permanente do PPG Psicologia/UFF]



Por esses dias circularam, em nossas listas de mensagens, *cards* sobre *Burnout* elaborados pelo Ministério da Saúde. Uma companheira, sindicalista, nos mostrou uma cartilha de saúde que havia encontrado nas redes sociais¹. O texto tem conteúdos importantes, alertando os trabalhadores sobre essa importante condição, reconhecida pelo Ministério da Saúde desde 1999, que atinge pessoas em diferentes situações de trabalho há anos. É correta e relevante a assertiva de que o *burnout* se vincula

diretamente ao trabalho. No entanto, sentimo-nos motivados a apontar algumas questões conceituais que julgamos equivocadas, inclusive incompatíveis com outros documentos norteadores do Ministério da Saúde que se relacionam à temática da Saúde do Trabalhador e da Trabalhadora. Ao definir o *burnout* como “*distúrbio emocional de estresse, esgotamento físico e mental*”, os *cards* não distinguem esse modo de resposta ao estresse laboral crônico de outras formas de estresse. A síndrome de *burnout* tem origem e sintomatologia fortemente relacionadas ao ambiente e às relações de trabalho. O *burnout* “*envolve atitudes e condutas negativas com relação aos usuários, aos clientes, à organização e ao trabalho, sendo uma experiência subjetiva que acarreta prejuízos práticos e emocionais para o trabalhador e a organização. O quadro tradicional de estresse não envolve tais atitudes e condutas, sendo um esgotamento pessoal que interfere na vida do indivíduo, mas não de modo direto na sua relação com o trabalho. Pode estar associada a uma suscetibilidade aumentada para doenças físicas, uso de álcool ou outras drogas (para obtenção de alívio) e para o suicídio*” (MS, 2001, p191-2). Essa diferenciação é central à abordagem preventiva, diagnóstica e terapêutica. No *card* sobre o Diagnóstico e Tratamento, indica-se que os trabalhadores devem “*procurar um psicólogo ou psiquiatra*” e que o tratamento é feito por meio de “*acompanhamento psicológico*”, podendo “*haver intervenção medicamentosa*”. A esfera coletiva de atuação está ausente nos *cards*. Desta maneira, a ênfase sobre a etiologia e tratamento desse problema ocupacional recai inteiramente sobre o trabalhador. Não há qualquer menção sobre as condições de trabalho que se constituem como objeto privilegiado no campo da Saúde do Trabalhador e da Trabalhadora. Não consideram a necessidade de as organizações adotarem mecanismos de prevenção ao adoecimento e transformarem situações potencialmente patogênicas, posto que as determinações fundamentais do *burnout* estão relacionadas aos fatores e processos de origem laboral. Não destacam a importância de maior participação dos trabalhadores na definição de metas e critérios de qualidade do trabalho e dos produtos, adequados aos recursos existentes.

O último *card* insiste na individualização do *burnout*, recomendando que os trabalhadores não negligenciem sua saúde mental. Assim, o público-leitor tem a impressão de que a resolução desse quadro clínico passaria apenas, ou prioritariamente, pela via do tratamento psiquiátrico e psicológico, numa inversão da importância dos vários processos que se combinam para o surgimento da síndrome. Enfatizamos, que os fatores individuais e psicológicos, predisponentes ou não, estão longe de serem suficientes para o desenvolvimento da síndrome de *burnout*. Nos estudos e na prevenção do *burnout*, há que se buscar, sempre, por aspectos de origem laboral, como, por exemplo, situações de alta demanda; incompatibilidade entre as metas exigidas e a possibilidade de sua realização; exigência de envolvimento emocional; intensa pressão; cobranças de rigor excessivo; exiguidade de tempo para realização das tarefas e, por outro lado, sistemas de avaliação individualizados e organizados com base em critérios que mantêm sempre uma parcela de trabalhadores abaixo das expectativas avaliativas, de forma a impulsionar a competição no ambiente laboral; precariedade de recursos materiais, de apoio social e fragilidade dos coletivos laborais para fazer frente às demandas. A incidência do *burnout* nos alerta sobretudo para a necessidade de tratamento do próprio trabalho, mediante alterações laborais nas suas condições e modos de organização que permitam compatibilizar saúde, segurança e trabalho. Somente cuidando do trabalho pode-se reduzir o surgimento de novos casos de *burnout* e propiciar condições de recuperação aos acometidos. A prevenção inclui: mudanças na organização do trabalho, com diminuição da intensidade do trabalho e evitação do foco exagerado no desempenho individual, e ações articuladas entre a assistência e a vigilância em saúde do trabalhador (a) (MS, 2001). O SUS tem, como esferas de atuação, as ações assistenciais, a vigilância em saúde, a promoção da saúde e a prevenção de doenças. Em todas, a construção das condições de saúde envolve mudanças coletivas, sem prejuízo dos programas individuais.

A distorção que observamos nesses *cards*, de colocar o foco do problema nos indivíduos, tem sido frequente em muitas palestras e materiais de orientação, seja nas redes seja em eventos presenciais, o que nos preocupa.

Quando o mesmo foco é dado em um documento que traz a marca do SUS e do Ministério da Saúde, ficamos ainda mais preocupados. Documentos oficiais, também do SUS, afirmam que o enfrentamento do *burnout* deve ser centrado nas condições e organização do trabalho inadequadas, sem responsabilizar trabalhadores e trabalhadoras pelo adoecimento e tampouco pelo diagnóstico clínico e tratamento. Convocamos nossos companheiros de militância na Saúde do Trabalhador a estarem atentos a essa individualização dos problemas de saúde mental relacionados ao trabalho, que aumentam vertiginosamente, e são gerados por condições de trabalho totalmente inaceitáveis. ■ ■ ■

* Texto elaborado em parceria com Carlos Carrusca (PUC/MG); Eliana Pintor (Instituto Sedes Sapientiae); Luci Praun (Univ. Fed. Acre); M. Laurinda R. Sousa e Maria Maeno, do Instituto Walter Leser.

Referência: MS. Ministério da Saúde. Organização Pan-Americana da Saúde no Brasil. *Doenças relacionadas ao trabalho: manual de procedimentos para os serviços de saúde*. Dias, EC (Org.), Almeida, IM *et al.* Brasília: MS-OPAS. 2001. 580 p.

Nota: Mais informações: <https://www.institutowalterleser.org/noticias-nota-saudemental>