

---

## SAÚDE MENTAL NO TRABALHO: PRAZER E/OU SOFRIMENTO

Carlos Alberto de Souza Silva<sup>1</sup>

Carlos Teixeira dos Santos<sup>2</sup>

Marcela Slaib Sette Filizzola<sup>3</sup>

Ricardo Dias Leão<sup>4</sup>

---

Portal Universidade FUMEC. Últimas Notícias. Nº 8 - nov./dez. 2015. Disponível em <http://fumec.br/>

### RESUMO

Este artigo tem por objetivo demonstrar a existência da influência gerada pelo prazer e/ou pelo sofrimento sobre a saúde mental do trabalhador. Para tanto, realizou-se levantamento bibliográfico de caráter descritivo, baseando-se na análise crítica de artigos que abordam o tema. A análise apresentada demonstra que a saúde mental do trabalhador pode estar relacionada ao fator prazer e/ou sofrimento no ambiente de trabalho, e que tais fatores poderão influenciar na atividade fim da vida dos trabalhadores.

**Palavras-Chave:** Saúde mental; Influência; Trabalho; Prazer; Sofrimento.

### ABSTRACT

This article aims to show the influence made by the pleasure or the suffering about mental health of the worker. To this end, was made a descriptive bibliographical survey based on critical analysis of tems. This analysis points the worker's mental health can be related with pleasure or suffering in the workplace. Similar factors may influence in the final activity of worker's life.

**Keywords:** Mental health; Influence; Work; pleasure; Suffering.

---

1 Graduando em Engenharia Civil pela Universidade FUMEC, funcionário da Sala dos Professores - FCH

2 Graduado na área de saúde pela Faculdade FACISA, funcionário da Prefeitura - Campus - FUMEC

3 Graduada em Nutrição pela UNINCOR Vale do Rio Verde, funcionária do Serviço de Psicologia - FCH

4 Pós-graduado em Gestão Estratégica de Pessoas pela Universidade FUMEC, graduado em Administração (Universidade FUMEC), funcionário da Coordenação de Cursos - FCH

## INTRODUÇÃO

No que tange ao resgate de um tema tão amplo e questionado atualmente, apresentaremos uma retrospectiva de como a abordagem da temática “Saúde mental no Trabalho” vêm sendo tratado por pesquisadores e analistas nos últimos anos. E como o tema saúde mental do trabalhador pode estar relacionado ao prazer e/ou ao sofrimento destes trabalhadores em seu cotidiano, podendo afetar tanto em sua vida social quanto na psicodinâmica de seu trabalho.

## DESENVOLVIMENTO

### Saúde Mental no Trabalho: Prazer e/ou Sofrimento

Ao abordar o tema entre saúde mental no trabalho temos como obrigatoriedade dar tratamento ao construto criado atualmente pela influência que a questão prazer e sofrimento geram no cotidiano de trabalho das pessoas que nelas estão inseridas. E, conseqüentemente a questão da saúde do trabalhador configurou-se como tema prioritário nas organizações e nas diversas áreas de ensino, porque não dizer uma temática interdisciplinar.

Falce (2011, p. 76) reconhece que o sofrimento é vivenciado quando se experimenta o desgaste em relação à atividade laboral, que significa a sensação de cansaço, desânimo e descontentamento com o trabalho.

Dejours (1996) propõe como duas possíveis vicissitudes que o trabalhador pode tomar frente a seu sofrimento no trabalho:

*Às vezes, em sua luta contra o sofrimento, o sujeito chega a elaborar soluções originais que (...) são em geral favoráveis simultaneamente à produção e à saúde: caracterizaremos esse sofrimento denominando-o sofrimento criativo. Ao contrário, nessa luta contra o sofrimento, o sujeito pode chegar a soluções desfavoráveis à produção e desfavoráveis também à sua saúde. O sofrimento será então qualificado como sofrimento patogênico. (DEJOURS, 1996, p. 150)*

Já as situações de prazer são aquelas identificadas pelo trabalhador de forma positiva. Ou seja, O prazer é vivenciado quando, de maneira individual ou coletiva, o trabalhador experimenta sentimentos de valorização e reconhecimento no trabalho, advindos de vivências de liberdade de expressão e de realização profissional.

*O sentimento é aplicado no sentido de valorização das ações realizadas na organização e o reconhecimento, quando se refere à aceitação, admiração recebida no ambiente de trabalho, e também à liberdade reconhecida para expressar a individualidade. (FALCE, 2011, p. 77)*

É importante destacar que há algumas décadas o trabalhador se dedicava integralmente à organização a qual trabalhava, era neste âmbito que fazia sua carreira e quase sempre encerrava seu ciclo de trabalho. Houve uma mudança significativa a partir da década de 90 com a inserção do Brasil no mundo globalizado, e diante deste cenário e desta conjuntura social o trabalhador se viu diante do excesso ou da redução do trabalho, do medo do desemprego e conseqüentemente desamparado psicologicamente.

Segundo Gline (2001, p. 608) o desgaste psíquico está associado à imagem de “mente consumida” por Seligmann-Silva reunindo três abrangências: a primeira, compreendendo quadros clínicos relacionados ao desgaste orgânico da mente; a segunda, compreendendo as variações de mal-estar, das quais a fadiga é uma das analisadas; a última, quando se verificam os desgastes que afetam a identidade do trabalhador, ao atingir valores e crenças como, por exemplo, o medo que podem ferir a dignidade e a esperança.

O medo do erro e de ser punido ocorre por parte dos trabalhadores na maioria das organizações. Mas estes sentem a necessidade de se auto-realizar, desafiar, ser desafiado, buscar respostas e solucionar problemas, isso o motiva e o faz sentir-se como parte integrante e necessário à organização.

*Um trabalhador não executará bem a sua função se não for motivado, se não existirem fatores dinâmicos que o envolvam em uma situação. A isto chamamos de motivação que pode ser interno (interesses pessoais, aptidões) ou externo (estímulos que a organização oferece). Inúmeras organizações trabalham com benefícios flexíveis, sendo uns obrigatórios e outros opcionais e o trabalhador opta o que lhe mais interessa. (JACQUES, 2010, p. 03)*

Estes últimos trechos que versam sobre a trajetória física e mental percorrida pelo trabalhador, reforça a necessidade de priorizar ações que estimulem a cultura dentro das organizações, assim como a manutenção de práticas como, por exemplo: ginástica laboral, oficinas teatrais e dentre outros, livres da tradicional divisão piramidal do trabalho, favorecendo a escuta dos diferentes saberes, sobretudo dos “ditos populares”, intrinsecamente *link ados* no processo de

mudanças culturais do entendimento quanto à saúde mental e/ou prazer e sofrimento no trabalho.

Ao dar destaque à relação entre “Saúde Mental e Trabalho: prazer e/ou sofrimento”, partimos do pressuposto de que o desenvolvimento, o reconhecimento e as valorizações sociais proporcionadas pelo trabalho tornam-se elementos fundamentais na produção de prazer e saúde para qualquer pessoa. Uma luta em comum, tanto pelo direito ao trabalho como por ações direcionadas à saúde desses trabalhadores nas organizações. E o custo dessa luta pelo posto de trabalho é pago com a saúde mental do trabalhador, podendo ser expressa por meio do estresse, da depressão e da auto-negligência com a saúde como defesa inconsciente por parte deste indivíduo. A atividade profissional não é apenas um modo de ganhar a vida, mas uma forma de inserção social, na qual fenômenos psíquicos e físicos estão fortemente implicados (MARTINS, 2014, p.837).

Por fim, e considerando a visão da literatura contemplada neste artigo, destacou-se que o prazer e/ou sofrimento são vistos como uma espécie de drama, sendo cada qual destacada de formas e nuances distintas, mobilizando o trabalhador no âmbito social, pessoal e no trabalho em busca das condições para uma melhor saúde mental. Ante o exposto, intervir na organização do trabalho significa contribuir para o processo de saúde mental no trabalho, permitindo ao trabalhador subverter a sensação de sofrimento no trabalho, transformando-o em algo com sentido, inteligibilidade e ação, favorecendo o processo de “prazer” no trabalho.

## **METODOLOGIA**

Para atender ao levantamento de informações o método de estudo utilizado foi por meio de levantamento bibliográfico, e a metodologia de natureza qualitativa quanto à abordagem e do tipo descritiva e exploratória quanto aos fins.

De acordo com França (2013, p. 58), levantamento bibliográfico tem como “objetivo encontrar respostas aos problemas formulados, e o recurso utilizado para isto é o levantamento dos documentos bibliográficos”, logo, pode-se afirmar que uma pesquisa bibliográfica pode ser desenvolvida como um trabalho em si ou constituir-se numa etapa quanto à análise de um tema sob novas perspectivas em busca de novas considerações.

Segundo Freitas (2000), o método qualitativo é útil e necessário para identificar e explorar os significados dos fenômenos estudados e as interações que estabelecem, assim possibilitando estimular o desenvolvimento de novas compreensões sobre a variedade e a profundidade dos

fenômenos sociais. Baseia-se na observação intensa e de longo tempo num determinado ambiente, propondo registrar de forma precisa e detalhada tudo aquilo que acontece neste ambiente.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao trazer a discussão quanto à relação entre saúde mental no trabalho e prazer e/ou sofrimento, como um tema de suma importância frente às organizações, abjugou-se do pressuposto de que o desenvolvimento, o reconhecimento e a valorização social proporcionado pelo trabalho são elementos fundamentais na produção de prazer e saúde para qualquer trabalhador em qualquer organização, tanto pública quanto particular, independente do segmento.

O grande desafio para os gestores contemporâneos é manter a consciência do caráter individual da motivação mais próximos dos inalcançáveis 100% de satisfação, ou seja, sempre haverá uma necessidade a ser atendida e que isto demande novas condutas motivacionais por parte destes gestores. Lembrem-se: motivação é consequência e não causa. Saúde mental e prazer são consequências de bem estar e não causa, e o trabalhador é quem primeiro deve ser lembrado desta prática.

## REFERÊNCIAS

DEJOURS, Christophe. **Uma nova visão do sofrimento humano nas organizações**. In: **O indivíduo na Organização: dimensões esquecidas**. v. 1. TÔRRES, Ofélia de Lanna Sette: Org. da edição brasileira; Tradução e adaptação: RODRIGUES, Arakcy Martins *et al.* 3ª edição. São Paulo: Atlas, 1996.

FALCE, Jefferson L.L.; GARCIA, Ferando C.; MUYLDER, Cristiana F.. **Pazer e Sofrimento: um estudo de caso em um centro de pesquisas brasileiro**. Revista Gestão & Regionalidade. v. 27, n. 81, Set./Dez. 2011. Disponível em: <<http://www.spell.org.br/documentos/ver/3349/prazer-e-sofrimento--um-estudo-de-caso-em-um-centro-de-pesquisas-brasileiro>>. Acesso em: 25 de setembro de 2015.

FRANÇA, Júnia Lessa. **Manual para normalização de publicações técnico-científicas**. Colaboração: Maria Helena de Andrade Magalhães; Stella Maris Borges. 9. ed. Belo Horizonte: Editora UFMG. 2014.

FREITAS, H. *et al.* **O método de pesquisa**. Revista de Administração, São Paulo, v.35, n.3, jul/set, 2000.

GLINA, Débora M. Raab; ROCHA, Lys E.; BATISTA, Maria L.; MENDONÇA, Maria G. V. **Saúde Mental e Trabalho: uma reflexão sobre o nexa com o trabalho e o diagnóstico, com base na prática.** Cadernos de Saúde Pública. Rio de Janeiro. v. 17, n. 3, Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0102-311X2001000300015&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0102-311X2001000300015&script=sci_arttext)>. Acesso em: 28 de setembro de 2015.

JACQUES, Ana Cristina. **Saúde Mental e Trabalho.** Brasil Mining Site - O Portal da Mineração Brasileira. Porto Alegre. p. 1-3, janeiro de 2010. Disponível em: <[http://www.brasilminingsite.com.br/anexos/artigos/55\\_0.pdf](http://www.brasilminingsite.com.br/anexos/artigos/55_0.pdf)>. Acesso em: 28 de setembro de 2015.

MARTINS, Andréa A. V.; HONÓRIO, Luiz C. **Prazer e Sofrimento Docente em uma Instituição de Ensino Superior privada em Minas Gerais.** Revista O&S - Organizações & Sociedade. Salvador. v. 21, n. 68, p. 835-852, jan./març. 2014. Disponível em: <<http://www.portalseer.ufba.br/index.php/revistaoes/article/view/9965>>. Acesso em: 28 de setembro de 2015.