



**10º Encontro Internacional de Política Social**  
**17º Encontro Nacional de Política Social**  
Tema: Democracia, participação popular e novas resistências  
Vitória (ES, Brasil), 27 a 29 de agosto de 2024

---

Eixo: Mundo do trabalho.

**Trabalho, tecnologia e adoecimento no século XXI**

**Alexandra Santos Paulo Albergaria<sup>1</sup>**

Neste resumo expandido, buscamos expor sinteticamente a relação existente entre trabalho, tecnologia e adoecimento no século XXI. Para entendermos este quadro, precisamos antes trazer à luz o pano de fundo das transformações políticas e econômicas que ocorreram nas últimas décadas. De forma breve, o final do século XX foi marcado por crises econômicas e políticas nos países capitalistas, o que se traduziu em uma conjuntura condutora do processo de reestruturação do padrão de acumulação global do capital, que agora é financeirizado. Um dos desdobramentos desse movimento foi a disseminação de instituições financeiras que atuam 24 horas por dia, 7 dias por semana. Esse ritmo ditou uma nova temporalidade, que passou a reger o tempo de consumo e de trabalho, e reorganizou a identidade social e pessoal dos indivíduos para se adequar à operação ininterrupta dos mercados (CRARY, 2016).

Diante desse contexto, a fronteira entre as atividades laborais e o espaço da vida privada diminui cada vez mais, e a aproximação entre os espaços e os tempos de trabalho e de não-trabalho acaba por criar uma sensação de tempo comprimido e escasso, principalmente quando dispositivos eletrônicos se transformam em meios de trabalho e impedem que os trabalhadores possam verdadeiramente se desconectar em seu tempo livre (SOUTHERTON, 2003). Além disso, o tempo de não-trabalho vem se transformando em um tempo que deve ser investido para aprimorar a si mesmo com o objetivo de aumentar a utilidade da própria vida, transformando o “eu” em um suposto capital humano que deve estar em um processo contínuo de valorização (GORZ, 2005). Sob essa perspectiva, a utilização de smartphones e laptops, tão intrínseca à vida na contemporaneidade, também serve para disciplinar os trabalhadores, que usam seu tempo livre para adquirir habilidades que os tornem mais aptos a participar da competição que permeia todas as esferas da vida (BERNARDO, 2005).

---

<sup>1</sup> Mestranda em Política Social na Universidade Federal do Espírito Santo. Email: alexandra.albergaria.11@gmail.com

Esta nova forma de ser e agir imposta pelo capitalismo contemporâneo, ao pressionar os indivíduos a se comportarem de maneira cada vez mais produtiva, voltando a vida quase que exclusivamente às regras da concorrência de mercado, nos insere em uma temporalidade na qual não devem existir descanso, ócio e sono. Como resultado, a busca desenfreada pelo desempenho se transforma em sofrimento físico e mental, que aparece sob a forma de fadiga, esgotamento, depressão, ansiedade e síndrome de burnout, por exemplo.

### Referências

- BERNARDO, J. O tempo–substância do capitalismo. **Cadernos de Ciências Sociais**, [S. l.], n. 1, 2005. Disponível em: <http://afoiceomartelo.com.br/posfsa/Autores/Bernardo,%20Jo%C3%A3o/O%20Tempo%20-%20substancia%20do%20capitalismo.pdf>. Acesso: 25 jul. 2023.
- CRARY, J. **24/7**: capitalismo tardio e os fins do sono. São Paulo: Ubu Editora, 2016.
- GORZ, A. **O imaterial**: conhecimento, valor e capital. São Paulo: Annablume, 2005.
- SOUTHERTON, D. Squeezing Time' Allocating Practices, Coordinating Networks and Scheduling Society. **Time & Society**, v. 12, n. 1, p. 5-25, 2003. Disponível em: <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/0961463X03012001001>. Acesso em: 29 jul. 2023.