



11º Encontro Internacional de Política Social 18º Encontro Nacional de Política Social

Tema: Entre o capital e a vida: questão social,
crise ambiental e resistências

Vitória, ES, Brasil, 18 a 20 de agosto de 2026

Eixo: Classe trabalhadora e mundo do trabalho

Precarização do trabalho e saúde: reflexões no PET-Saúde Equidade

Joseane Barbosa de Lima¹

Ana Estela Ferreira Moraes²

Resumo: Este estudo analisa a relação entre trabalho e saúde no capitalismo contemporâneo, com foco nas condições de trabalho dos profissionais da saúde e seus impactos no adoecimento físico e mental. A discussão articula revisão de literatura e relato de experiência desenvolvido no PET-Saúde Equidade, em um serviço especializado de Juiz de Fora. Diante de situações de sobrecarga e estresse, foram realizadas ações de promoção da saúde, como rodas de conversa, orientações sobre alimentação saudável, ginástica laboral e acolhimento. Os resultados indicam contribuições ao apoio psicossocial, embora limitadas frente às determinações estruturais da precarização do trabalho.

Palavras-chave: saúde do trabalhador; precarização do trabalho; trabalhadores da saúde; PET-Saúde; equidade.

Labor Precarization and Health: Reflections in PET-Saúde Equidade

Abstract: This study analyzes the relationship between work and health in contemporary capitalism, focusing on the working conditions of healthcare professionals and their impacts on physical and mental illness. The discussion articulates a literature review and an experience report developed within PET-Saúde Equidade in a specialized service in Juiz de Fora. Faced with situations of work overload and stress, health promotion actions were carried out, such as discussion groups, guidance on healthy eating, workplace exercise, and welcoming practices. The results indicate contributions to psychosocial support, although limited in the face of the structural determinants of labor precarization.

Keywords: worker's health; labor precarization; healthcare workers; PET-Saúde; equity.

Introdução

A saúde dos trabalhadores, no contexto do capitalismo contemporâneo, tem se constituído como um campo de crescente preocupação, especialmente em setores caracterizados por elevada exigência física, psíquica e emocional, como o da saúde. A dinâmica desse modo de produção intensifica processos de precarização do trabalho, ampliando as vulnerabilidades da classe trabalhadora por meio da flexibilização de direitos, da intensificação das jornadas e da imposição de ritmos produtivos extenuantes (Souza, 2021). Tais transformações repercutem diretamente nas condições de vida e saúde, produzindo processos contínuos de desgaste e adoecimento.

¹ Doutora em Serviço Social. Professora adjunta da Faculdade de Serviço Social da UFJF. Email: Joseane.lima@ufjf.br

² Graduanda em Fisioterapia pela Universidade Federal de Juiz de Fora. Email: 15967237690@estudante.ufjf.br

No setor da saúde, essas determinações assumem contornos ainda mais complexos, uma vez que os profissionais lidam cotidianamente com o sofrimento humano, o que intensifica a sobrecarga emocional e potencializa agravos à saúde mental e física. Estudos indicam que o estresse ocupacional, associado às exigências do trabalho, interfere inclusive nos hábitos de vida, contribuindo para o desenvolvimento de doenças crônicas e comprometimentos do estado nutricional (Lima, 2016).

Diante desse cenário, torna-se fundamental compreender a relação entre trabalho e saúde a partir de suas determinações estruturais, reconhecendo que o adoecimento dos trabalhadores não pode ser reduzido a fatores individuais. Nesse contexto, o Programa de Educação pelo Trabalho para a Saúde (PET-Saúde – Equidade) busca fortalecer a formação crítica e desenvolver ações voltadas à promoção da saúde e ao acolhimento dos trabalhadores, problematizando as desigualdades que atravessam o campo da saúde.

Assim, este estudo tem como objetivo analisar as condições de trabalho e seus impactos na saúde dos profissionais do Sistema Único de Saúde (SUS), articulando uma revisão de literatura com um relato de experiência desenvolvido no âmbito do PET-Saúde – Equidade, em um serviço especializado no município de Juiz de Fora (MG). A partir da identificação de situações de sobrecarga e estresse, foram implementadas ações de promoção da saúde, como orientações sobre alimentação saudável, ginástica laboral e momentos de acolhimento, cujos limites e potencialidades são discutidos à luz das determinações da precarização do trabalho.

Desenvolvimento

1. Trabalho no capitalismo contemporâneo e seus impactos na saúde da classe trabalhadora

Sob o modo de produção capitalista, o sentido atribuído ao trabalho tende a ser redefinido como uma atividade vivenciada como imposição externa, marcada por coerção e obrigatoriedade (ANTUNES, 2005, p. 138).

Nessa perspectiva, o trabalho passa a ser configurado por determinações econômicas e sociais que lhe conferem um caráter contraditório e multifacetado. De um lado, pode constituir-se como espaço de criação, expressão e desenvolvimento das potencialidades humanas. De outro, as exigências e dinâmicas próprias do capitalismo

frequentemente o convertem em uma prática que fragiliza a condição humana, submetendo os trabalhadores a situações de precarização, exploração e alienação.

Conforme apontam Monteiro et al. (2022), ao longo do século XXI observa-se um aprofundamento das formas de precarização do trabalho, o que contribui para intensificar a insegurança e a vulnerabilidade vivenciadas pela classe trabalhadora. Um contingente expressivo de trabalhadores e trabalhadoras passa a enfrentar situações marcadas pelo desemprego ou pela inserção em vínculos laborais frágeis e desprovidos de garantias.

Nesse cenário de retração das oportunidades formais de emprego, mesmo aqueles que permanecem ocupados têm experimentado a diminuição de direitos sociais e o enfraquecimento de conquistas historicamente constituídas. Tal processo decorre da dinâmica própria do capitalismo contemporâneo que, além de excluir parcelas significativas da população do mercado de trabalho, estimula a expansão de formas laborais caracterizadas pela informalidade, pela intermitência e pela instabilidade (ANTUNES, 2018).

Dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística indicam que, no ano de 2020, aproximadamente 13,5 milhões de pessoas buscavam inserção no mercado de trabalho no país, configurando o maior contingente de desempregados desde 2012 (IBGE, 2020).

Os problemas que se apresentam, no contexto atual, podem ser pontuados como: intensificação do ritmo de trabalho; exigências abusivas de qualidade; conjugação dessas exigências com metas visando à quantidade; imposição de um sistema de multitarefas; extensão abusiva da jornada de trabalho, por vezes, acompanhada de horas extras impostas e não pagas. Tais situações são, geralmente, acompanhadas de redução do poder dos sindicatos, ocasionando um enfraquecimento do seu papel na proteção da saúde através de melhorias nas condições de trabalho (LIMA, 2011 apud Monteiro, et.al, 2022, p.03).

Conforme discutem Viapiana, Gomes e Albuquerque (2018), os processos de trabalho na contemporaneidade têm sido marcados por dinâmicas que produzem efeitos negativos e desgastantes para os trabalhadores. Entre essas dinâmicas, destacam-se a ampliação do tempo dedicado ao trabalho e a intensificação das atividades laborais, expressa pelo aumento do ritmo produtivo, pela exigência de desempenhar múltiplas funções e pela adoção de formas de remuneração vinculadas ao desempenho e ao cumprimento de metas. Também se evidenciam modalidades de trabalho realizadas fora dos espaços tradicionais, como o trabalho domiciliar, além da expansão de

vínculos laborais fragilizados, a exemplo da terceirização e dos contratos temporários ou parciais.

Os autores supracitados ainda chamam atenção para a presença de mecanismos contemporâneos de pressão e controle sobre os trabalhadores, que podem se manifestar por meio de práticas de assédio, de formas sutis de coerção e de estratégias organizacionais que incentivam o autocontrole e a responsabilização individual, contribuindo para a internalização das exigências produtivas e para o envolvimento subjetivo com os objetivos institucionais (Viapiana; Gomes; Albuquerque, 2018 apud Monteiro et.al, 2022).

Nessa direção, Monteiro et al. (2022) ressaltam que tais transformações nos processos de trabalho repercutem diretamente nas condições de saúde da classe trabalhadora. As diferentes configurações assumidas pelo trabalho na sociedade capitalista produzem múltiplos impactos físicos, psíquicos e sociais, evidenciando que os agravos à saúde não podem ser compreendidos de forma isolada, mas devem ser analisados à luz das formas históricas e sociais pelas quais o trabalho se organiza e se transforma.

De acordo com informações divulgadas pela Organização Internacional do Trabalho (OIT, 2023), os agravos relacionados ao trabalho permanecem como um grave problema de saúde pública em escala mundial. Estima-se que, em intervalos muito curtos de tempo, um trabalhador ou trabalhadora venha a falecer em decorrência de acidentes ou enfermidades associadas às atividades profissionais, resultando em milhões de mortes ao longo de um ano. Esses números revelam uma média diária expressiva de óbitos vinculados ao trabalho.

Além das ocorrências fatais, há também um volume significativo de acidentes que não levam à morte, mas que produzem lesões e comprometimentos à saúde. Projeções indicam que centenas de milhões de trabalhadores sofrem algum tipo de dano físico anualmente durante o exercício de suas funções, o que representa um elevado número de pessoas feridas a cada dia no contexto laboral (OIT,2023).

No cenário brasileiro, dados sistematizados pelo Observatório de Segurança e Saúde no Trabalho apontam que, entre os anos de 2012 e 2021, foram registrados mais de vinte mil óbitos decorrentes de acidentes de trabalho. No mesmo período, contabilizou-se um número expressivo de Comunicações de Acidentes de Trabalho

(CATs), ultrapassando a marca de milhões de registros, o que evidencia a magnitude e a persistência desses eventos no país.

Diante desse cenário, torna-se fundamental compreender que a relação entre trabalho e saúde está historicamente inscrita nas desigualdades estruturais do capitalismo. O modelo trabalhista tradicional, originado no processo de proletarização, tende a conceber a relação de emprego como formalmente equilibrada; entretanto, na prática, revela profundas assimetrias entre capital e trabalho, especialmente em setores marcados por maior exposição a riscos, como o da saúde.

Essa problemática ganha visibilidade a partir da década de 1970, quando o movimento sindical passa a incorporar de forma mais incisiva a pauta da saúde do trabalhador, impulsionado por mobilizações sociais e greves. Nos anos 1980, organismos internacionais como a OMS e a OPAS estabeleceram diretrizes voltadas à saúde laboral, contribuindo, no Brasil, para a implementação dos Programas de Saúde do Trabalhador, com o objetivo de enfrentar os impactos das condições precárias de trabalho.

Entretanto, no contexto contemporâneo, especialmente após a crise econômica global, observa-se a emergência de novas formas de exploração do trabalho, nas quais os limites entre vida pessoal e profissional tornam-se cada vez mais difusos. Esse processo intensifica a sobrecarga física e emocional dos trabalhadores, particularmente no setor da saúde, onde as exigências laborais são historicamente elevadas. Estudos indicam que tais condições contribuem para o aumento de agravos como estresse, doenças osteomusculares e outros adoecimentos relacionados ao trabalho (Ulguim, 2016).

No setor da saúde, as condições de trabalho apresentam especificidades que agravam esse quadro. Jornadas extensas, elevada pressão emocional e o contato constante com o sofrimento humano impactam diretamente a saúde física e mental dos profissionais. A insuficiência de políticas institucionais de cuidado, como programas de apoio psicológico e ações de promoção à saúde, contribui para a intensificação de quadros de adoecimento relacionados ao estresse e a distúrbios emocionais (Oliveira, 2023).

Assim, a luta pela saúde do trabalhador, especialmente no campo da saúde, permanece como um desafio permanente, exigindo o enfrentamento das determinações estruturais que produzem a precarização do trabalho. Tal enfrentamento demanda a

consolidação de políticas públicas que articulem a proteção à saúde com a transformação das condições e relações de trabalho, atuando não apenas sobre os efeitos, mas também sobre as causas do adoecimento laboral.

2. Trabalhadores da saúde no contexto da precarização: impactos na saúde física e mental

Diante das determinações estruturais que conformam o mundo do trabalho na contemporaneidade, torna-se fundamental compreender como esses processos se materializam em setores específicos. No campo da saúde, tais transformações assumem particular relevância, uma vez que o trabalho é atravessado tanto pela intensificação das exigências produtivas quanto pelas especificidades do cuidado em saúde. Nesse contexto, os trabalhadores da saúde se inserem em um cenário marcado pela precarização, sobrecarga e múltiplas formas de adoecimento, o que exige uma análise mais aprofundada acerca de seus impactos sobre a saúde física e mental desses profissionais.

Os trabalhadores da saúde estão expostos a diversos riscos ocupacionais, como sobrecarga laboral, estresse contínuo e privação de sono, fatores que impactam diretamente suas condições de saúde física, mental e social, conforme aponta a Organização Mundial da Saúde (2020).

A elevada demanda de trabalho, associada a jornadas extensas e turnos irregulares, interfere nos hábitos de vida desses profissionais, especialmente no que se refere à alimentação, contribuindo para o aumento do risco de desenvolvimento de doenças crônicas, como obesidade, hipertensão arterial e diabetes (Lima, 2016). Ademais, o estado de exaustão recorrente dificulta a adoção de práticas saudáveis, comprometendo o estado nutricional e a qualidade de vida.

A precarização das relações e condições de trabalho agrava esse quadro, ao impor demandas excessivas e restringir o tempo destinado ao descanso e à recuperação física e psíquica dos trabalhadores. Esse cenário contribui para a consolidação de rotinas laborais insustentáveis, marcadas pela intensificação do trabalho e pela insuficiência de suporte institucional (Souza, 2021).

Além disso, as exigências físicas e emocionais inerentes ao trabalho em saúde, associadas a jornadas prolongadas, favorecem a ocorrência de doenças osteomusculares entre esses profissionais (Lacaz, 1997). Nesse sentido, estratégias como a ginástica

laboral têm sido apontadas como importantes instrumentos de promoção da saúde, contribuindo para a melhoria da flexibilidade, o fortalecimento muscular e a redução do estresse ocupacional (Ulguim, 2016). No entanto, a sobrecarga de trabalho e a precarização das condições laborais frequentemente dificultam a adesão a essas iniciativas, evidenciando limites importantes na efetivação de ações de promoção à saúde no ambiente de trabalho.

De acordo com os estudos de Lima (2016), no âmbito da Atenção Primária à Saúde, destaca-se a elevada prevalência da Síndrome de Burnout entre os trabalhadores, associada a fatores como tempo de serviço, insatisfação profissional e condições precárias de trabalho. Ademais, a pesquisa de Oliveira (2023) aponta que aspectos relacionados à gestão de recursos humanos e aos arranjos empregatícios, como aqueles observados em hospitais de ensino vinculados à Empresa Brasileira de Serviços Hospitalares (EBSERH), influenciam diretamente as relações de trabalho e o bem-estar dos profissionais (Oliveira, 2023). Nesse contexto, a precarização, aliada à escassez de recursos, contribui para o desgaste físico e psicológico dos trabalhadores, impactando não apenas sua saúde, mas também a qualidade dos serviços prestados à população.

Diante desse quadro, evidencia-se a necessidade de implementação de políticas institucionais voltadas ao cuidado com a saúde dos trabalhadores, incluindo ações de apoio psicossocial, programas de promoção à saúde, como a ginástica laboral, e acompanhamento psicológico. Além disso, a melhoria das condições e relações de trabalho, bem como o fortalecimento da gestão de recursos humanos, constituem elementos fundamentais para a promoção do bem-estar dos profissionais de saúde e para o aprimoramento da qualidade da atenção ofertada no âmbito do sistema de saúde (Lacaz, 1997).

3. Reflexões sobre a saúde dos/as trabalhadores/as e experiências a partir do PET Equidade

O Programa de Educação pelo Trabalho para a Saúde – PET-Saúde Equidade, lançado em 2024, tem como objetivo fomentar processos formativos interprofissionais comprometidos com o enfrentamento das desigualdades sociais, com ênfase nas dimensões de raça, gênero e classe no campo da saúde. Nesse contexto, o Grupo 4, intitulado “Revendo Conceitos”, desenvolve suas atividades em um serviço de saúde

especializado no município de Juiz de Fora (MG), articulando ensino, serviço e comunidade.

No decorrer das atividades, foram identificadas demandas relacionadas à saúde do trabalhador, especialmente entre as trabalhadoras do serviço, destacando-se situações de sobrecarga laboral, elevados níveis de estresse e dificuldades no acesso a espaços institucionais de cuidado. Tais expressões evidenciam, no plano concreto, as determinações discutidas anteriormente acerca da precarização do trabalho e seus impactos sobre a saúde.

Diante desse cenário, o grupo propôs e desenvolveu um conjunto de ações voltadas ao acolhimento e à promoção do autocuidado, buscando construir, em diálogo com as trabalhadoras, estratégias possíveis no interior do próprio espaço de trabalho. Entre as atividades realizadas, destacam-se rodas de conversa sobre alimentação saudável, práticas de ginástica laboral e a organização de um “dia de spa”, entendido como um momento de pausa e cuidado coletivo. Além disso, foram desenvolvidas oficinas culinárias e atividades educativas sobre rotulagem nutricional e alimentação acessível, considerando as condições concretas de vida das participantes.

As ações desenvolvidas possibilitaram a criação de espaços de escuta, troca de experiências e fortalecimento de vínculos, contribuindo para a redução do estresse e para a valorização do cuidado de si no cotidiano de trabalho. Ademais, favoreceram processos de aprendizagem mútua entre estudantes, trabalhadores e usuários, reafirmando o potencial do PET-Saúde como dispositivo de articulação entre formação e prática, bem como como estratégia de enfrentamento, ainda que parcial, das expressões da precarização no trabalho em saúde.

4. Considerações finais

A análise desenvolvida ao longo deste estudo evidencia que os processos de adoecimento dos trabalhadores não podem ser compreendidos de forma isolada ou desvinculada das determinações estruturais do modo de produção capitalista. A intensificação do trabalho, a precarização das relações laborais e o enfraquecimento de direitos constituem expressões de uma lógica que subordina a vida às exigências da acumulação, produzindo impactos diretos sobre a saúde física e mental da classe trabalhadora.

No campo da saúde, essas determinações assumem contornos ainda mais complexos. Os trabalhadores da saúde, ao mesmo tempo em que são responsáveis pelo cuidado do outro, encontram-se submetidos a condições de trabalho marcadas pela sobrecarga, pela insuficiência de recursos, pela instabilidade dos vínculos e pela crescente responsabilização individual diante de problemas estruturais. Tal cenário evidencia uma contradição central: aqueles que sustentam o funcionamento do sistema de saúde frequentemente têm sua própria saúde negligenciada.

A experiência desenvolvida no âmbito do PET-Saúde – Equidade permitiu evidenciar, no plano concreto, essas expressões da precarização, ao mesmo tempo em que possibilitou a construção de estratégias de cuidado no cotidiano de trabalho. As ações realizadas — como rodas de conversa, práticas de ginástica laboral e atividades voltadas ao autocuidado — contribuíram para a criação de espaços de escuta, acolhimento e fortalecimento de vínculos, mostrando-se relevantes no enfrentamento imediato de situações de estresse e desgaste.

Entretanto, é fundamental reconhecer os limites dessas iniciativas. Embora importantes, ações pontuais e focadas no indivíduo não são capazes de enfrentar, em sua totalidade, as determinações estruturais que produzem o adoecimento dos trabalhadores. A ênfase exclusiva em práticas de autocuidado pode, inclusive, deslocar a responsabilidade pelas condições de saúde para os próprios trabalhadores, obscurecendo as dimensões coletivas, institucionais e políticas que sustentam a precarização do trabalho.

Nesse sentido, reafirma-se a necessidade de fortalecimento de políticas públicas que atuem não apenas sobre os efeitos, mas sobre as causas do adoecimento laboral, por meio da garantia de condições dignas de trabalho, da valorização profissional, da ampliação de direitos e da construção de ambientes laborais que promovam, de fato, a saúde dos trabalhadores. No âmbito do SUS, isso implica reconhecer a centralidade do trabalho em saúde e investir em estratégias que articulem formação crítica, gestão do trabalho e participação dos trabalhadores.

Por fim, destaca-se que o PET-Saúde – Equidade, ao articular ensino, serviço e comunidade, constitui-se como um importante espaço de formação crítica e de intervenção, contribuindo para a problematização das desigualdades e para a construção de práticas comprometidas com a equidade. Contudo, seu potencial transformador está intrinsecamente vinculado à capacidade de tensionar as estruturas que produzem as

desigualdades no mundo do trabalho, reafirmando a necessidade de uma atuação coletiva e politicamente orientada na defesa da saúde dos trabalhadores.

Referências

ANTUNES, Ricardo. **O caracol e sua concha: ensaios sobre a nova morfologia do trabalho**. São Paulo: Boitempo, 2005.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Precarização do trabalho e saúde do trabalhador**. Brasília: Ministério da Saúde, 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Saúde dos trabalhadores: cenário e desafios**. Brasília: Ministério da Saúde, 2020.

LACAZ, Francisco Carlos da Silva. **Saúde dos trabalhadores: cenário e desafios**. Cadernos de Saúde Pública, Rio de Janeiro, v. 13, supl. 2, p. 7–19, 1997.

LIMA, Amanda. **Prevalência e fatores associados à síndrome de burnout nos profissionais da saúde da atenção primária de Juiz de Fora**. 2016. Dissertação (Mestrado em Saúde Coletiva) – Universidade Federal de Juiz de Fora, Juiz de Fora, 2016.

MONTEIRO, Daniela Trevisan; MENDES, Jussara Maria Rosa; WÜNSCH, Dolores Sanches. **Saúde do trabalhador e precarização do trabalho: crise do capital e degradação da vida humana**. In: ENCONTRO NACIONAL DE PESQUISADORES EM SERVIÇO SOCIAL (ENPESS), 2022, Rio de Janeiro. Anais [...]. Rio de Janeiro: ABEPSS, 2022.

OLIVEIRA, Flávia Moreira. **Representações sociais de trabalhadores de um hospital de ensino sobre as repercussões dos arranjos empregatícios utilizados pela EBSEH nas relações de trabalho e no cumprimento da missão do hospital**. 2023. Dissertação (Mestrado em Saúde Coletiva) – Universidade Federal de Juiz de Fora, Juiz de Fora, 2023.

ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS (ONU). **Acidentes de trabalho e mortes acidentárias voltam a crescer no Brasil em 2021**. Disponível em: <https://brasil.un.org/pt-br/178950-acidentes-de-trabalho-e-mortes-acident%C3%A1rias-voltam-crescer-no-brasil-em-2021>. Acesso em: ago. 2025.

ORGANIZAÇÃO INTERNACIONAL DO TRABALHO (OIT). **Quase 3 milhões de pessoas morrem devido a acidentes e doenças relacionados ao trabalho**. Disponível em: <https://www.ilo.org/pt-pt/resource/news/quase-3-milh%C3%B5es-de-pessoas-morrem-devido-acidentes-e-doen%C3%A7as-relacionados>. Acesso em: ago. 2025.

SOUZA, Kátia Reis de et al. Desafios contemporâneos da saúde do trabalhador. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 26, n. 12, p. 13–22, dez. 2021.

ULGUIM, Fernanda Oliveira. **Ginástica laboral: impacto nas atividades de trabalho e na qualidade de vida de trabalhadores de um hospital de ensino no Vale do Rio Pardo/RS**. 2016. Dissertação (Mestrado em Promoção da Saúde) – Universidade de Santa Cruz do Sul, Santa Cruz do Sul, 2016.

VIAPIANA, V. N.; GOMES, R. M.; ALBUQUERQUE, G. S. C. **Adoecimento psíquico na sociedade contemporânea: notas conceituais da teoria da determinação social do processo saúde-doença**. Saúde em Debate, v. 42, n. spe 4, dez. 2018.