

**Psychological distress and work:
an integrative review of literature**

| Sofrimento psíquico e trabalho: uma revisão integrativa de literatura

ABSTRACT | Introduction: *It is necessary to perform studies that comprehend the emerging mental illness at working field, that can determinate the raising problems of physical and mental diseases, compromising individuals and organizations. Objective:* *The study aims to characterize the effects of psychological stress in everyday life of workers in the context of the current work world. Methods:* *An integrative review was done through the selection and appraisal of six articles published between 2008 and 2012, that portray the triggering factors of psychological distress related to their work, and identified by the following keywords: psychological stress, work environment and occupational health. Results:* *The most pointed causes to the origin of psychological stress at work are related to the intense work's pace; pressure for agility and productivity; moral harassment and abandonment from unions and government's worker support. Moreover, the manifestations of worker's distress are expressed by feelings such as anxiety, grief, sadness, anger and fear, revealing that guilt appears in speeches from the majority of respondents. Conclusion:* *It is considered that seeking care for workers in their various work processes, and integration of health care and surveillance activities is necessary at nursing work at the context of occupational health.*

Keywords | *Psychological stress, Working environment, Occupational health.*

RESUMO | Introdução: É necessário efetuar estudos que compreendam as doenças psíquicas emergentes do campo laboral que podem determinar o surgimento de problemas de doença de natureza física e mental, comprometendo o indivíduo e as organizações. **Objetivo:** O estudo tem como objetivo caracterizar as repercussões do sofrimento psíquico na vida cotidiana dos trabalhadores no contexto do mundo do trabalho atual. **Métodos:** Realizou-se uma revisão integrativa por meio da seleção e apreciação de seis artigos, publicados entre 2008 e 2012, que retratam os fatores desencadeantes do sofrimento psíquico relacionado com o trabalho e identificados pelas seguintes palavras-chave: sofrimento psíquico, ambiente de trabalho e saúde do trabalhador. **Resultados:** As causas mais apontadas para a origem do sofrimento psíquico no trabalho estão associadas ao ritmo intenso de trabalho, à pressão pela agilidade e produtividade, ao assédio moral e ao desamparo das entidades sindicais e governamentais de apoio ao trabalhador. Além disso, as manifestações do sofrimento do trabalhador são expressas por sentimentos, como ansiedade, angústia, tristeza, raiva e medo, revelando que a culpa aparece nas falas da maioria dos pesquisados. **Conclusão:** Considera-se que a busca do cuidado ao trabalhador, nos seus diversos processos de trabalho, e a integração das ações assistenciais e de vigilância se fazem necessárias no âmbito do trabalho da Enfermagem no contexto da saúde do trabalhador.

Palavras-chave | Sofrimento psíquico; Ambiente de trabalho; Saúde do trabalhador.

¹Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Natal/RN, Brasil.

INTRODUÇÃO |

No século XIX, assistiu-se ao desenvolvimento e à consolidação do capitalismo industrial, sustentado por uma tecnologia fabril ainda incipiente e por grandes contingentes de trabalhadores submetidos a regras impostas pelos donos das fábricas. Já no século XX, ocorreram intensos avanços tecnológicos, com o surgimento de modelos de gestão do trabalho e da acumulação que possibilitaram a produção em larga escala¹.

Tais mudanças aceleraram o processo de desenvolvimento chamado de globalização, que ditava um novo modo de produzir e distribuir riquezas a qualquer custo, determinando profundas mudanças sobre as condições de vida das populações, esbarrando nos limites do próprio ser humano, o que pode aumentar o seu sofrimento².

Assim, surgiram ciências como a Saúde Ocupacional, a Medicina do Trabalho e a Saúde do Trabalhador e, posteriormente, a Higiene Industrial, a Segurança do Trabalho e a Enfermagem do Trabalho, na tentativa de trazer medidas e soluções que minimizassem os riscos de as populações adoecerem e morrerem em decorrência das atividades laborativas³.

Dados do Ministério da Saúde mostram que, nos últimos 15 anos, os acidentes de trabalho no Brasil foram responsáveis pela morte de pelo menos 60.000 pessoas e 300.000 mutilações incapacitantes. O progresso gerado pela industrialização não resolveu os problemas básicos chamados de “doenças da miséria” e ainda provocou a elevação das doenças crônico-degenerativas, cardiovasculares, profissionais, mentais e do câncer³.

Entre as doenças geradas pelo trabalho, além das lesões consideradas mais comuns (nos membros superiores e inferiores e dorsalgias – dores nas costas), destaca-se grande incidência de transtornos mentais e comportamentais⁴.

Dentre outras causas, o sofrimento psíquico pode ser gerado quando há iminência de desemprego, trazendo consigo expectativas de perda da subsistência, da posição social com consequências para a vida material do trabalhador e de sua família. Concomitantemente, abala a autoestima, proporcionando sentimentos de menos-valia, angústia, insegurança, desânimo e desespero, caracterizando quadros ansiosos e depressivos⁵.

Os efeitos psicossociais decorrentes da vivência de mudanças incessantes de dispositivos gerenciais e técnicos no âmbito do trabalho são de distribuição heterogênea, em que, partindo de diferentes situações de trabalho, uns

conseguem se beneficiar da situação vivenciada, e para outros, a mesma experiência se configura como uma fonte de penosidade e degradação da sua saúde mental⁶.

Diante dessa problemática exposta, torna-se necessário efetuar estudos que compreendam as doenças psíquicas emergentes do campo laboral que podem determinar o surgimento de problemas de doença de natureza física e mental, comprometendo o indivíduo e as organizações.

Dessa forma, este estudo tem como objetivo principal caracterizar as repercussões do sofrimento psíquico na vida cotidiana dos trabalhadores, no contexto do mundo do trabalho atual. Para tanto, propõem-se os seguintes questionamentos: o que desencadeia o sofrimento no ambiente laboral? Como o sofrimento psíquico se manifesta nos trabalhadores? De que forma os trabalhadores têm enfrentado o sofrimento psíquico?

MÉTODOS |

A revisão integrativa constitui-se como uma ampla abordagem metodológica referente às revisões, permitindo a inclusão de estudos experimentais e não experimentais, para uma completa apreensão do fenômeno estudado⁷. Para a elaboração da presente revisão integrativa, as seguintes etapas foram percorridas: estabelecimento dos questionamentos e objetivos da revisão integrativa; determinação de critérios de inclusão e exclusão de artigos para a seleção da amostra; definição das informações a serem extraídas dos artigos selecionados; análise dos resultados; discussão e apresentação dos resultados. A última etapa consistiu na apresentação da revisão.

A coleta de dados foi realizada no período de janeiro a fevereiro de 2012. Para tanto, foram consultados os indexadores Literatura Latino-Americana em Ciências da Saúde (Lilacs), Índice Bibliográfico Espanhol em Ciências da Saúde (IBECs), Literatura em Engenharia Sanitária e Ciências do Ambiente (Repisdisca), Localizador de Informação em Saúde (LIS) e dissertações e teses, em língua portuguesa e inglesa.

Foram utilizados os descritores “sofrimento psíquico”, “ambiente de trabalho” e “saúde do trabalhador”, com seus respectivos termos em inglês.

Os critérios de inclusão dos artigos definidos para a presente revisão integrativa foram: estudos publicados em português, inglês ou espanhol, com texto completo disponível, no período compreendido entre os anos de

2008 e 2012, que retratassem a temática do sofrimento psíquico relacionado com o trabalho.

Os critérios de exclusão voltaram-se para os estudos que não respondessem ao nosso questionamento e que estivessem publicados em mais de uma base de dados.

Durante a coleta, foi selecionado um total de 36 artigos distribuídos da seguinte forma: 17 no Lilacs, quatro no IBECs, nove no Repidisca e seis no LIS. Após a aplicação dos critérios de inclusão, alcançou-se um *corpus* de seis estudos.

Procedeu-se à leitura minuciosa e os artigos foram fixados, organizados em uma pasta e catalogados em ordem numérica crescente, por ano de publicação. Por fim, os artigos foram categorizados contemplando os seguintes aspectos: título do artigo, autor, periódico, ano de publicação e caracterização, segundo o delineamento dos fatores desencadeadores e manifestações geradas pelo sofrimento psíquico, bem como as formas de enfrentamento demonstradas pelos trabalhadores.

RESULTADOS |

Na presente revisão integrativa foram analisados seis artigos que atenderam aos critérios de inclusão previamente estabelecidos. Todos os artigos selecionados foram produzidos por brasileiros e, em sua maioria, psicólogos.

Em relação à característica da amostra, quatro foram publicados em periódicos na área de Saúde Coletiva, Psicologia e Educação e dois trabalhos foram resultantes de uma dissertação de mestrado e uma tese de doutorado.

Os resultados deste estudo direcionam, inicialmente, para as publicações encontradas e utilizadas como amostra nas bases de dados consultadas, a partir dos descritores definidos. Os artigos, bem como os seus respectivos autores, ano e caracterização segundo o delineamento dos fatores desencadeadores e manifestações geradas pelo sofrimento psíquico, bem como as formas de enfrentamento demonstradas pelos trabalhadores foram organizados e podem ser visualizados no Quadro 1.

Após leitura e análise dos artigos pesquisados, verificou-se que as causas mais apontadas para a origem do sofrimento psíquico laboral estão fortemente relacionadas com as características próprias do trabalho desempenhado.

De acordo com a peculiaridade de cada trabalho, o sofrimento psíquico pode surgir no indivíduo, como

é o caso dos trabalhadores marítimos que apontam o confinamento e o distanciamento do convívio familiar como a principal razão para o seu sofrimento. Já os operários da fábrica de calçados e os trabalhadores administrativo-operacionais demonstram que a pressão pela agilidade e produtividade e as interfaces da cobrança por metas, como o assédio moral, tem sido o fator desencadeante do padecimento mental. Por outro lado, a preocupação maior dos trabalhadores de cozinhas industriais tem sido inerentes ao ambiente físico, incluindo o risco de acidentes.

O sofrimento também é expresso de maneira desigual e de forma individualizada entre os pesquisados, com resultados que vão desde doenças físicas, como as doenças reumáticas, alergias e as doenças do aparelho digestivo, até as doenças mentais, por exemplo, o estresse, a depressão, os transtornos obsessivos compulsivos e os transtornos de pânico.

Diante disso, os trabalhadores tentam desenvolver mecanismos para o enfrentamento desses sofrimentos por meio da compensação financeira, relacionamento com colegas de trabalho e apoio familiar. A identificação dos eventos desencadeadores do sofrimento e o desejo de superação do problema parecem ter papel fundamental no enfrentamento por parte dos indivíduos. Destacam-se o apoio de outros profissionais, com terapias individuais e em grupo, bem como a medicalização como artifícios amplamente utilizados para a redução do sofrimento.

DISCUSSÃO |

O sofrimento psíquico, em associação ao contexto laboral, configura-se como um problema crescente e preocupante no que tange à atenção à saúde do trabalhador.

Comumente, depara-se com argumentos para explicar as causas do adoecimento de trabalhadores baseada em duas concepções: a primeira é que estas deveriam ser buscadas prioritariamente pelas peculiaridades do indivíduo em termos físicos, fisiológicos, psicossociais e em sua história de vida no núcleo familiar anterior à vida de trabalho. A segunda posição está relacionada com a adoção de uma postura de naturalização da ideia de que o trabalho produz sofrimento, cujo curso seria impossível de ser modificado, inquestionável e intransponível⁷.

Como medidas para o enfrentamento do sofrimento adotadas pelo indivíduo, destacam-se: o cinismo, a dissimulação, a hiperatividade, a desesperança em ser reconhecido, o

desprezo, os danos aos subordinados, a negação dos riscos inerentes ao trabalho, a comunicação distorcida, entre outras. Caso essas estratégias se tornem insuficientes, podem resultar em patologias físicas e psicológicas⁸.

O estudo realizado colocou em evidência a discussão sobre o sofrimento gerado pelo trabalho, trazendo à tona o adoecimento profissional marcado pela individualização da doença e culpabilização dos trabalhadores, dificultando, assim, a realização de estratégias para a reversão do quadro de padecimento da saúde mental do trabalhador de forma mais abrangente.

O modelo de Vigilância em Saúde do Trabalhador (Visat), tal como proposto, tem particularidades ao conceber a saúde de forma mais abrangente, ampliando os conceitos associados ao processo saúde-doença. Para tanto, pressupõe uma rede de articulações que passa pelos trabalhadores e suas organizações, pela área de pesquisa e formação de recursos humanos até as áreas de assistência e reabilitação⁹.

Entretanto, nos serviços do SUS e nas de práticas docentes, muitos profissionais de saúde vêm demonstrando descrença na existência de relações entre transtornos mentais e trabalho. A importância do tema, como subsídio para o desenvolvimento de ações de saúde do trabalhador no SUS, impõe a necessidade de sua inclusão na formação dos profissionais de saúde⁹.

Contudo, percebe-se que os avanços na área da saúde do trabalhador ocorrem em passos lentos e tal distanciamento é compatível com política neoliberal capaz de criar consensos desfavoráveis às transformações profundas, garantindo o sucesso na criação de uma nova mentalidade naturalizada, tanto na cúpula política dos governos, quanto na alta direção empresarial.

Além disso, os trabalhadores sentem o desamparo dos sindicatos de suas categorias profissionais ou órgãos de fiscalização pública e, assim, esses trabalhadores não conseguem vislumbrar saídas políticas para as situações que enfrentam. Desse modo, o que experimentam é

Quadro 1 – Identificação dos artigos e caracterização, segundo o delineamento dos fatores desencadeadores, manifestações do sofrimento psíquico e formas de enfrentamento demonstradas (continua)

Artigo	Aspectos desencadeadores	Manifestações do sofrimento	Formas de enfrentamento
1. Carvalho, MM. Vida e trabalho de marítimos embarcados do setor offshore. Dissertação (mestrado) – Escola Nacional de Saúde Pública Sergio Arouca, Rio de Janeiro, 2010	Ruptura constante com o ambiente sociofamiliar, pouco tempo de descanso, isolamento do convívio social, coerção, confinamento, ausência de férias, pressão hierárquica, ruído.	Diminuição da qualidade do sono, angústia, sentimento de frustração, perda da percepção temporal, tensão	Espaços de lazer, e meios de comunicação a bordo, máximo aproveitamento do tempo de descanso, bom relacionamento com a tripulação, gratificação financeira, suporte psicológico
2. Bianchessi, DLC; Tittoni, J. Trabalho, saúde e subjetividade sob o olhar dos trabalhadores administrativo-operacionais de um hospital geral, público e universitário. Revista de Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, 2009; 19(4)969-988	Ritmo intenso de trabalho, confronto, ameaça de desemprego, submissão, silenciamento pelo medo, autoritarismo, coerção, desconfiança, desvalorização, competitividade, medo de cometer erros, compadecimento pelo sofrimento alheio	Culpa, desvalorização, falta de reconhecimento, reprodução da cobrança aos subordinados, impotência, apreensão, revolta	Terapias em grupo, diálogo
3. Brant, LC; Minayo-Gomez, C. Da tristeza à depressão: a transformação de um mal-estar em adoecimento no trabalho. Interface – Comunicação, Saúde e Educação, 2008; 12(26)667-76	Exigências pela agilidade, pressão de trabalho, falta de reconhecimento, falta de treinamento, ausência de prazer, competitividade, desamparo, abandono	Ansiedade, agitação, inquietação, insônia, tristeza, medo, vergonha, isolamento, estresse, choro, dor, desconcentração, culpa, desânimo, amargura, ressentimentos, depressão, transtornos obsessivos compulsivos, transtorno do pânico	Negação da doença, desejo de superação, apoio de familiares e amigos, medicalização, tratamentos fitoterápicos

Quadro I – Identificação dos artigos e caracterização, segundo o delineamento dos fatores desencadeadores, manifestações do sofrimento psíquico e formas de enfrentamento demonstradas (conclusão)

Artigo	Aspectos desencadeadores	Manifestações do sofrimento	Formas de enfrentamento
4. Murta, SG; Tróccoli, BT. Intervenções psicoeducativas para manejo de estresse ocupacional: um estudo comparativo. Rev. Bras. de Ter. Comp. Cogn. 2009; 11(1)25-42	Características do ambiente ocupacional, como pressão para produtividade, falta de autonomia e retaliação por parte das chefias	Estresse que inclui desde um conjunto de reações físicas (ex.: dor, insônia e fadiga excessiva) e psicológicas (ex.: depressão, ansiedade e irritabilidade)	Técnicas para redução de tensão fisiológica, (meditação, relaxamento e biofeedback) ou técnicas cognitivo-comportamentais, tais como treino assertivo, reestruturação cognitiva, treino em solução de problemas, manejo de tempo e fornecimento de instruções sobre autocuidados à saúde
5. Aguiar, OB. Aspectos psicossociais do impedimento laboral por motivos de saúde em trabalhadores de cozinhas industriais. Tese (doutorado) – Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Instituto de Medicina Social, Rio de Janeiro, 2009	Ambiente físico inadequado, pisos escorregadios; exposição a altas temperaturas e ruído; ritmos intensos de trabalho e alta produtividade em tempo limitado, movimentos contínuos e repetitivos	Doenças do aparelho digestivo, distúrbios psiquiátricos, doenças reumáticas e alergias	Absenteísmo, afastamentos médicos
6. Borsoi, IC F; Rigotto, RM e Maciel, RH. Da excelência ao lixo: humilhação, assédio moral e sofrimento de trabalhadores em fábricas de calçados no Ceará. Cadernos de Psicologia Social do Trabalho, 2009; 12(2) 173-187	Pressão de trabalho, ambiente inadequado, assédio moral (constrangimento, humilhação e ameaças), discriminação, ausência de reconhecimento, imposição de metas, cobrança pela produtividade, falta de treinamento, desamparo	Dor física, decepção, negação da doença, depressão, perda de apetite, insônia, desmotivação, sentimentos de traição, raiva, nervosismo, choro, tristeza, vergonha, medo, mágoa, desamparo, desvalorização, impotência, desesperança, angústia, falta de perspectiva, amargura, impotência	Medicalização, esperança, inconformidade, adaptação à dinâmica de trabalho, determinação, destemor, autoconfiança, insistência, mudança de função, expectativa de mudança

o abandono e o profundo sentimento de que estão entregues à própria sorte.

Tendo em vista a percepção de que há ausência de uma efetiva política nacional de saúde do trabalhador concreta que permita efetivá-la, emerge a necessidade de se articular as redes de atenção, trabalhadores, sindicatos, empresas e instituições de pesquisa, tal como propõe o modelo de vigilância. Na prática, essa interlocução poderia oferecer colaboração para a prevenção de distúrbios de origem psíquica, bem como maior efetividade no tratamento e reabilitação da saúde dessa população, por intermédio de ações descentralizadas e consistentes.

CONCLUSÃO |

Os modos de enfrentamento produzidos pelos trabalhadores apontam para a perspectiva da saúde mental que levam em consideração a resistência e as lutas entre poderes de conservação e de mudança, independentemente da existência ou não do adoecimento psíquico.

Ao analisar os aspectos psicossociais em ambientes organizacionais em que os trabalhadores não gozam de prestígio institucional, levantam-se questões pouco exploradas, que parecem estar intimamente relacionadas com o maior sofrimento e padecimento das classes menos abastadas.

Nesse sentido, ressalta-se a relevância da política de vigilância à saúde do trabalhador de forma ampla e efetiva, nos seus diversos processos de trabalho e integração das ações assistenciais e de vigilância, reafirmando sua responsabilidade ética, técnica e social.

Por fim, espera-se contribuir para a reflexão e resolutividade na efetivação de políticas públicas e empresariais que precisam ser urgentemente instauradas para prevenir o sofrimento gerado no âmbito laboral.

REFERÊNCIAS |

- 1 - Borsoi ICF. Vivendo para trabalhar: do trabalho degradado ao trabalho precarizado. *Convergencia*. 2011; 18 (55):113-33.
- 2 - Fernandes SMBA, Medeiros SM, Ribeiro LM. Estresse ocupacional e o mundo do trabalho atual: repercussões na vida cotidiana das enfermeiras. *Revista Eletrônica de Enfermagem* [Internet]. 2008 [citado 2012 fev 01]; 10(2):414-27. Disponível em: <http://www.fen.ufg.br/revista/v10/n2/v10n2a13.htm>
- 3 - Ministério da Saúde. Organização Pan-Americana da Saúde no Brasil. Doenças relacionadas ao trabalho: manual de procedimentos para os serviços de saúde. Brasília: Ministério da Saúde; 2001.
- 4 - Ministério da Previdência Social. Anuário Estatístico da Previdência Social - Ano 1 (1988/1992) - Brasília: Ministério da Previdência Social; 2010.
- 5 - Oliveira GF, Carreiro GSP, Ferreira Filha MO, Lazarte R, Vianna RPT. Risco para depressão, ansiedade e alcoolismo entre trabalhadores informais. *Rev Eletr Enf* [Internet]. 2010 [citado 2012 fev 01]; 12(2):272-7. Disponível em: <http://www.fen.ufg.br/revista/v12/n2/v12n2a07.htm>
- 6 - Bernardo MH, Seligmann-Silva E, Maeno M, Kat M. Ainda sobre a saúde mental do trabalhador. *Rev Bras Saúde Ocup*. 2011; 36(123):118-127.
- 7- Paparelli R, Sato L, Oliveira F. A saúde mental relacionada ao trabalho e os desafios aos profissionais da saúde. *Rev Bras Saúde Ocup*. 2011; 36(123):118-27.
- 8 - Santos MAF, Siqueira MVS, Mendes AM. Tentativas de Suicídio de Bancários no Contexto das Reestruturações Produtivas. *RAC*. 2010; 14(5):925-38.

9 - Monteiro MS, Santos EV, Kawakami LS, Wada M. O ensino de vigilância à saúde do trabalhador no Curso de Enfermagem. *Rev Esc Enferm USP*. 2007; 41(2):306-10.

Correspondência para/ Reprint request to:

Júlia Gomes Fernandes Costa

Rua Desembargador José Gomes da Costa, 1884, ap. 508

Condomínio Caminho das Dunas

Bairro Capim Macio - Natal - RN

Cep.: 59082-140

E-mail: julicost@yahoo.com.br

Recebido em 9-12-2012

Aceito em 9-6-2013