ISSN:2594-6153

A Intensificação do Trabalho como Determinante do Adoecimento: Entre o Desgaste Físico e o Sofrimento Psíquico

José Carlos Lopes da Silva Júnior, Talita Vitoria Santos Bagnato, Joice Veríssimo dos Santos

Centro Universitário (ESAMC), Santos-SP, Brasil

E-mail: jose.lopes@esamc.br

Resumo: Este estudo analisa a intensificação do trabalho como elemento comum a diferentes formas de adoecimento laboral, aproximando o sofrimento psíquico de trabalhadores urbanos e o desgaste físico de cortadores de cana-de-açúcar. A pesquisa é qualitativa, bibliográfica e documental, baseada em análise comparativa de dois estudos empíricos. Os resultados mostram alta demanda, baixo controle, desequilíbrio esforço-recompensa e excesso de comprometimento, além de ritmos acelerados, pausas insuficientes, sobrecarga térmica e elevada carga cardiovascular. Conclui-se que a organização do trabalho constitui dimensão central da proteção à saúde, exigindo estratégias preventivas que considerem riscos físicos e psicossociais.
Palavras-chave: Saúde do Trabalhador; Intensificação do Trabalho; Riscos Psicossociais; Ergonomia; Saúde Mental.

Work Intensification as a Determinant of Illness: Between Physical Wear and Psychological Distress

Abstract: This study analyzes work intensification as a common element in different forms of occupational illness, bringing together psychological distress among urban workers and physical strain among manual sugarcane cutters. This qualitative, bibliographic, and documentary study comparatively analyzes two empirical studies. The findings show high demand, low control, effort-reward imbalance, and overcommitment, as well as accelerated work pace, insufficient breaks, heat overload, and high cardiovascular load. It concludes that work organization is central to occupational health protection and requires preventive strategies addressing both physical and psychosocial risks.
Keywords: Occupational Health; Work Intensification; Psychosocial Risks; Ergonomics; Mental Health.

Introdução

O trabalho pode constituir fonte de realização e sustento, mas também pode produzir adoecimento quando sua organização impõe exigências superiores às possibilidades de regulação dos trabalhadores. Por isso, a saúde laboral não deve ser examinada apenas a partir das doenças já

instaladas, mas também das condições, ritmos, metas, formas de controle e pausas que estruturam a atividade [1,2].

Dois estudos fornecidos para esta análise apresentam contextos distintos e resultados que permitem uma aproximação. Silva-Junior e Fischer investigaram 131 requerentes de auxílio-doença por transtornos mentais em São Paulo e encontraram elevada presença de fatores psicossociais desfavoráveis: alta exigência (56,5%), baixo apoio social (52,7%), desequilíbrio esforço-recompensa (55,7%) e excesso de comprometimento (87,0%). Em 23,7% dos casos, a perícia considerou o adoecimento relacionado ao trabalho [1]. Vilela et al. estudaram cortadores manuais de cana-de-açúcar e identificaram pressão por produtividade, ritmo intenso, pausas reduzidas, sobrecarga térmica e elevada carga cardiovascular [2].

A aproximação proposta não pretende equiparar as populações nem produzir nova causalidade. Busca-se identificar a intensificação do trabalho como eixo interpretativo comum. No primeiro estudo, ela se expressa principalmente por exigências psicossociais; no segundo, por exigências físicas e ambientais articuladas a mecanismos de gestão [1,2]. Essa leitura é compatível com o modelo demanda-controle [4], com o modelo esforço-recompensa [5] e com a Análise Ergonômica do Trabalho, que considera o trabalho real e as estratégias de regulação adotadas diante das exigências [6,7].

O problema de pesquisa consiste em compreender como a intensificação e a organização do trabalho podem contribuir para agravos físicos e psicossociais em diferentes contextos ocupacionais. Parte-se da hipótese de que demandas elevadas, menor margem de controle e pressão por desempenho podem aumentar a exposição ao adoecimento, embora por mecanismos específicos em cada atividade [1,2,4-7].

Objetivos

Analisar a intensificação do trabalho como determinante comum de riscos à saúde em diferentes contextos ocupacionais, identificando mecanismos de organização produtiva, comparando manifestações de risco físico e psicossocial e discutindo implicações para a prevenção e a vigilância em saúde do trabalhador.

Material e Métodos

Trata-se de pesquisa qualitativa, bibliográfica e documental, de abordagem comparativa e método dedutivo. O corpus foi formado por dois artigos científicos completos: o estudo de Silva-Junior e Fischer, sobre transtornos mentais e estressores psicossociais ocupacionais [1], e o estudo de Vilela et al., sobre pressão por produção e riscos no corte manual da cana-de-açúcar [2].

A análise foi organizada em categorias comuns: organização do trabalho, exigências produtivas, controle, esforço e recompensa, pausas, exposição ambiental, carga fisiológica e repercussões à saúde. Os resultados foram confrontados de forma crítica com os modelos demanda-controle e esforço-recompensa [4,5] e com a perspectiva ergonômica do trabalho real [6,7]. Não foram produzidos dados novos nem extrapolados resultados para populações não estudadas pelas pesquisas originais.

Resultados

Os estudos convergem ao demonstrar que a forma de organizar o trabalho participa da produção dos riscos. No estudo de Silva-Junior e Fischer, os participantes relataram principalmente alta exigência, baixo apoio social, desequilíbrio esforço-recompensa e excesso de comprometimento. Apesar da presença desses fatores, não houve associação estatística entre a concessão de benefícios relacionados ao trabalho e as variáveis analisadas [1].

No estudo sobre o corte da cana, o trabalho foi marcado por ciclos curtos, repetitividade, posturas forçadas, sobrecarga térmica e escassez de pausas. Na avaliação de setembro de 2007, a produção média foi de 12,77 toneladas por trabalhador e a carga cardiovascular média do grupo chegou a 38,45%. O modelo de regressão encontrou associação significativa entre produção e carga cardiovascular, com coeficiente estimado de aproximadamente 0,8% de aumento da carga cardiovascular para cada tonelada adicional e $p<0,0001$ [2].

Em conjunto, os resultados apontam três elementos recorrentes: exigências elevadas, redução das possibilidades de recuperação ou regulação e mecanismos de gestão que estimulam o desempenho contínuo. As manifestações, entretanto, são diferentes: sofrimento psíquico e incapacidade laborativa em um caso; desgaste fisiológico, sobrecarga térmica e risco musculoesquelético no outro [1,2].

Discussão

A leitura conjunta dos estudos indica que a intensificação não deve ser entendida apenas como aumento quantitativo de tarefas. Ela envolve a maneira pela qual metas, tempo, remuneração, controle e condições ambientais se combinam para organizar a atividade. O modelo demanda-controle de Karasek mostra que a combinação entre alta exigência e baixo controle é relevante para compreender a tensão ocupacional [4]. Essa formulação ajuda a interpretar os dados de Silva-Junior e Fischer, nos quais a alta exigência foi relatada por parcela expressiva dos trabalhadores [1].

O modelo esforço-recompensa acrescenta que o desequilíbrio entre o esforço despendido e as recompensas percebidas constitui outra dimensão do risco psicossocial [5]. O fato de 55,7% dos participantes do estudo de Silva-Junior e Fischer relatarem esse desequilíbrio reforça a importância de considerar não apenas o volume de trabalho, mas também o modo como ele é reconhecido e recompensado [1].

No corte da cana-de-açúcar, a intensificação assume forma mais diretamente observável. O pagamento por produção e outros mecanismos gerenciais descritos no estudo aceleraram o ritmo de trabalho e reduziram as pausas, enquanto calor, repetitividade e esforço físico ampliaram a carga fisiológica [2]. A ergonomia da atividade é especialmente útil nesse contexto porque permite analisar o trabalho real e as estratégias utilizadas pelos trabalhadores para responder às exigências [6,7].

Os achados também mostram por que não é suficiente dividir a prevenção entre “riscos físicos” e “riscos mentais”. A mesma organização do trabalho pode produzir diferentes vias de adoecimento. No estudo urbano, a exposição aparece associada a demandas psicossociais; no estudo rural, à sobrecarga física e ambiental. Em ambos, contudo, a configuração das exigências interfere nas margens de regulação do trabalhador [1,2].

Esse ponto possui consequências para a vigilância. A prevenção deve considerar não apenas o indivíduo, mas o desenho da atividade, os ritmos de produção, a distribuição das pausas, os sistemas de avaliação e remuneração e as condições efetivas de execução. No estudo da cana, parâmetros das Normas Regulamentadoras 15 e 17 foram utilizados para discutir sobrecarga térmica e exigências ergonômicas [2,8,9]. No campo dos transtornos mentais, o reconhecimento do nexo com o trabalho apresentou dificuldades que os próprios autores relacionaram à complexidade metodológica da avaliação dos fatores psicossociais [1].

As diferenças metodológicas impõem cautela. O primeiro estudo é transversal e envolve requerentes de benefício previdenciário; o segundo é uma investigação de campo com trabalhadores do corte manual da cana [1,2]. Portanto, a convergência encontrada é interpretativa e não permite afirmar equivalência causal entre os fenômenos. Ainda assim, a comparação é útil ao demonstrar que a organização do trabalho constitui dimensão relevante tanto para o sofrimento psíquico quanto para o desgaste físico.

Assim, a intensificação pode ser compreendida como processo em que as exigências produtivas ocupam parte crescente da capacidade de resposta do trabalhador. Quando o tempo de recuperação é reduzido, o controle é limitado e o desempenho é continuamente pressionado, aumentam as possibilidades de exposição a agravos. A proteção da saúde exige, por isso, incorporar a organização do trabalho como objeto de prevenção, e não apenas como contexto secundário da doença [1,2,6,7].

Conclusão

Conclui-se que a intensificação do trabalho constitui elemento comum na produção de riscos à saúde, embora suas manifestações variem conforme a atividade. Os estudos analisados mostram que demandas elevadas, pressão por desempenho, baixa possibilidade de regulação e insuficiência de pausas podem se relacionar tanto ao sofrimento psíquico quanto ao desgaste físico [1,2]. A principal implicação da análise é a necessidade de ampliar a prevenção para além do indivíduo, alcançando a organização do trabalho, suas metas, ritmos, sistemas de recompensa e condições concretas de execução.

Referências

1. Silva-Junior JS, Fischer FM. Afastamento do trabalho por transtornos mentais e estressores psicossociais ocupacionais. Rev Bras Epidemiol. 2015;18(4):735-744.
2. Vilela RAG, Laat EF, Luz VG, Silva AJN, Takahashi MAC. Pressão por produção e produção de riscos: a “maratona” perigosa do corte manual da cana-de-açúcar. Rev Bras Saude Ocup. 2015;40(131):30-48.
3. International Labour Office. Psychosocial factors at work: recognition and control. Report of the Joint ILO/WHO Committee on Occupational Health. Ninth Session. Geneva: International Labour Organization; 1984.
4. Karasek RA Jr. Job demands, job decision latitude, and mental strain: implications for job redesign. Adm Sci Q. 1979;24(2):285-307.
5. Siegrist J. Adverse health effects of high-effort/low-reward conditions. J Occup Health Psychol. 1996;1(1):27-41.

6. Guérin F, et al. Compreender o trabalho para transformá-lo: a prática da ergonomia. 2 ed. São Paulo: Edgard Blücher; 2004.
7. Assunção AA, Lima FAP. A contribuição da ergonomia para a identificação, redução e eliminação da nocividade do trabalho. In: Mendes R, organizador. Patologia do trabalho. Rio de Janeiro: Atheneu; 2003. p.1768-1789.
8. Brasil. Ministério do Trabalho e Emprego. Portaria nº 3.214, de 8 de junho de 1978. Norma Regulamentadora 17: Ergonomia. Brasília: Ministério do Trabalho e Emprego; 1978.
9. Brasil. Ministério do Trabalho e Emprego. Portaria nº 3.214, de 8 de junho de 1978. Norma Regulamentadora 15: atividades e operações insalubres. Brasília: Ministério do Trabalho e Emprego; 1978.