

## SÍNDROME DE BURNOUT E A INVISIBILIDADE DOS PROBLEMAS DE SAÚDE MENTAL DO TRABALHADOR

### BURNOUT SYNDROME AND THE INVISIBILITY OF WORKER'S MENTAL HEALTH PROBLEMS

CARVALHO, Edson Henrique de<sup>1</sup>  
OLIVEIRA, Celso Ricardo Peel Furtado de<sup>2</sup>  
PINTO, Rosa Maria Ferreiro<sup>3</sup>

**Resumo:** A Síndrome de Burnout ou síndrome do esgotamento profissional constitui um dos danos laborais de caráter psicossocial mais importante da sociedade atual. Decorre de um estresse laboral crônico e está relacionada a distúrbios emocionais, físicos e mentais, e tem como fator de risco a organização do trabalho. Caracterizada por ser o ponto máximo do estresse profissional, pode ser encontrada em qualquer profissão, mas em especial nos trabalhos em que há impacto direto na vida de outras pessoas. **O presente estudo teve como objetivo** compreender os fatores que contribuem para o surgimento da Síndrome de Burnout em trabalhadores, e com agravos, no local de trabalho insalubre. Para tanto, desenvolveu-se uma pesquisa qualitativa e descritiva a partir de: a) pesquisa bibliográfica (livros, periódicos jurídicos nacionais) e documental (leis, jurisprudências, manuais públicos, pareceres, normas regulamentadoras) constituindo vertentes específicas do tema investigado; b) Levantamento das demandas judiciais sobre a Síndrome de Burnout apurado nos últimos 10 anos junto ao Tribunal Regional do Trabalho da 2ª Região, São Paulo durante o mês de junho de 2018. Os resultados apontaram que dos 49 processos estudados, 29 foram iniciados por mulheres, sendo 10 com decisões procedentes, e 19 improcedentes. Já os homens totalizaram 20 ações dentre as 49, onde 5 decisões receberam procedências e 15 tiveram seus pedidos negados. Essa pesquisa observou, ainda, que as mulheres são mais atingidas pela SB, e as razões apontadas, recaem sobre a dupla jornada, trabalho e família. Pode-se concluir que a doença ocupacional – Síndrome de Burnout, como analisado nesse estudo, embora afete cada vez mais os trabalhadores, o seu reconhecimento no mundo do trabalho é precário.

**Palavras Chave:** Síndrome de Burnout; Saúde Ocupacional; Direito do Trabalho; Legislação Trabalhista.

**Abstract:** Burnout Syndrome or professional exhaustion syndrome is one of the industrial damage of psychosocial nature of current society stems from a chronic labour and stress is related to emotional, physical and mental disorders, and risk factor for the organization of

<sup>1</sup> Advogado OAB/SP e mestrando do Programa de Mestrado em Direito da Saúde: dimensões individuais e coletivas da Universidade Santa Cecília – UNISANTA, Santos-SP, Brasil.

<sup>2</sup> Juiz convocado pelo Tribunal Regional do Trabalho da 2ª Região/SP. Professor Titular do Curso de Direito da Universidade Santa Cecília – UNISANTA e mestrando do Programa de Mestrado em Direito da Saúde: dimensões individuais e coletivas da Universidade Santa Cecília – UNISANTA, Santos-SP, Brasil.

<sup>3</sup> Doutora, Professora titular do Programa de Mestrado em Direito da Saúde: dimensões individuais e coletivas da Universidade Santa Cecília – UNISANTA, Santos-SP, Brasil.

work. Characterized by being the peak of professional stress, can be found in any profession, but especially in jobs where there is a direct impact on the lives of other people. the present study aimed to understand the factors that contribute to the emergence of the burnout syndrome in workers, and harms, unhealthy workplace. to this end, developed a qualitative and descriptive research from: a) bibliographical research (books, national legal journals) and documentary (laws, court decisions, public advice manuals, regulatory norms) constituting specific aspects of the topic investigated; b) survey of litigation about the Burnout Syndrome discharged in the last 10 at the regional labor court of the 2nd region, São Paulo during the month of June 2018. The results showed that of the 49 cases studied, 29 were started by women, and 10 with decisions founded, and 19 with unfounded sentences. Men totaled 20 actions among the 49, where five decisions received and 15 had their requests denied. This research noted that women are more affected by SB, and the reasons pointed out, on the double shift, work and family. We can be concluded that the occupational disease Burnout Syndrome, as analyzed in this study, although increasingly affects the workers, your recognition in the world of work is precarious.

**Keywords:** burnout syndrome; occupational health; labour law; labor legislation

## 1. Introdução

A Síndrome de Burnout (do **inglês** *to burn out*, queimar por completo), também chamada de síndrome do esgotamento profissional, foi assim denominada pelo psicanalista nova-iorquino Freudenberger, após constatá-la em si mesmo, no início dos anos 1970. Ele foi o pioneiro a utilizar a denominação, que em 1974, serviu para alertar a comunidade científica dos problemas que os profissionais de saúde estavam expostos em função de seus trabalhos estressores.

Para o psicólogo Herbert J. Freudenberger<sup>4</sup> embora tivesse muitos empregos em sua vida, a sua contribuição profissional mais significativa foi à compreensão e o tratamento do estresse e do esgotamento emocional enquanto doença, ou seja, a Síndrome de Burnout, que é um distúrbio psíquico de caráter depressivo, precedido de esgotamento físico e mental intenso, como "(...) um estado de esgotamento físico e mental cuja causa está intimamente ligada à vida profissional" (1970), ou seja, trata-se doença ocupacional

---

<sup>4</sup> FREUDENBERGER, J. Herbert (1970), psicólogo americano, judeu, nascido na Alemanha, após constatá-la em si mesmo, no início dos anos 70, descobriu a Síndrome de Burnout é um distúrbio psíquico de caráter depressivo, precedido de esgotamento intenso, físico e mental, que ocorre no âmbito do trabalho.

equiparada ao acidente de trabalho. Freudenberger foi a óbito em 29/11/1999, e teve como causa mortis, a Síndrome de Burnout.

O termo *Burnout* de origem inglesa significa “perder o fogo” ou “queimar para fora”-*burn-out*, representando um estado de esgotamento emocional, no qual o sujeito perde o sentido da sua relação com o trabalho, de forma que as coisas já não importam mais, trazendo a tona os efeitos do trabalho estafante na vida laboral, ocasionando doenças de cunho ocupacional, caos de uma síndrome que acomete milhares de trabalhadores ano a ano. Muitas nomenclaturas foram utilizadas, no entanto, nenhuma se tornou tão profunda como *Burnout*, porém a dificuldade persiste ainda hoje devido às várias denominações que diferentes estudiosos vêm adotando. Alguns utilizam o termo *Estresse Laboral*, outros *Estresse Laboral Assistencial*, e ainda *Estresse Profissional* e *Estresse Ocupacional*.

A Síndrome de Burnout ou síndrome do esgotamento profissional constitui um dos danos laborais de caráter psicossocial mais importante da sociedade atual e que tem sido qualificada por pesquisadores como “a praga do Século XXI”. Decorre de um estresse laboral crônico, e está relacionada a desordens emocionais, físicas e mentais, e tem como fator de risco a organização do trabalho.

A dedicação exagerada à atividade profissional é uma característica marcante de *burnout*, mas não a única. O desejo de ser o melhor e sempre demonstrar alto grau de desempenho é outra fase importante da síndrome: o portador de *burnout* mede a autoestima pela capacidade de realização e sucesso profissional.

Em função do estilo de trabalho que se desempenha no contexto atual, ou seja, de extrema competitividade e exigências cada vez maiores, surge como consequência à vida cotidiana das pessoas uma carga enorme de empenho e dedicação. Esse nível de exigência está desumanizando os trabalhadores em geral fazendo com que eles atinjam patamares de estresse, esgotamento físico, mental e emocional superiores às suas capacidades potenciais.

A civilização moderna evidencia e repercute as ambivalências evolutivas da espécie humana. Se, por um lado, o desenvolvimento científico e a globalização são motivos de

orgulho, por outro, a ausência de princípios éticos e o desgaste de todas as formas de qualidade de vida sugerem que o futuro da espécie humana está seriamente comprometido, levando em conta a quantidade avassaladora de sintomas doentios que emergem no âmbito laboral.

No mundo globalizado, a doença exige dos pesquisadores um desafio incontestado no enfrentamento da SB, em razão da relevância da matéria que ameaça a saúde do trabalhador e os prejuízos causados de caráter psicossocial mais importante da sociedade atual e que tem sido qualificada como uma prova difícil.

A intensificação do trabalho, o estímulo à competitividade entre colegas, a ameaça de desemprego, as exigências constantes de qualificação, entre outros fazem parte do cotidiano do trabalhador além de serem alguns dos fatores responsáveis por quadros de estresse e depressão. O trabalho também ocupa um lugar fundamental na dinâmica do investimento afetivo das pessoas. O reconhecimento pelo trabalho realizado tem sido identificado como importante requisito para que o trabalho possa proporcionar prazer, saúde e bem-estar.

Segundo Marine Meyer Trinca, Psicóloga da Medicina Preventiva do Hospital Israelita Albert Einstein, em São Paulo, “a Síndrome de Burnout, é consequência do mercado competitivo, ter estresse é normal e até nos ajuda a tomar decisões no trabalho e na vida pessoal. Em certa quantidade pode ser positivo e mesmo necessário”<sup>5</sup>. (S/D)

Ainda avalia a psicóloga, “se isso é uma constante, principalmente quando chega à hora de entrar na empresa, a questão pode ser um pouco mais séria” (S/D). Segundo a mesma, no fim da década de 60, estudiosos previram a nova doença, classificada como Síndrome de Burnout.

Caracterizada por ser o ponto máximo do estresse profissional, pode ser encontrada

---

<sup>5</sup> O depoimento da referida autora foi extraído da home page do Hospital Albert Einstein. Acesso em 10/09/2018, <https://www.einstein.br/estrutura/check-up/saude-bem-estar/saude-mental/sindrome-burnout>.

em qualquer profissão, mas em especial nos trabalhos em que há impacto direto na vida de outras pessoas. É o que acontece, por exemplo, com profissionais da saúde em geral, jornalistas, advogados, professores e até mesmo voluntários.

O termo *burnout* significa que o desgaste emocional danifica os aspectos físicos e emocionais da pessoa, pois, traduzindo do inglês, *burn* quer dizer queima e *out* exterior. Embora já se venha falando sobre o assunto há décadas, no Brasil as discussões em torno da síndrome tornaram-se mais fortes nos últimos anos.

Um estudo realizado por Silva (1995) em Minas Gerais, com cerca de 930 juízes revelou que as mudanças sociais, o avanço tecnológico, a globalização e o acúmulo de trabalho podem provocar o estresse e a Síndrome de Burnout nos magistrados. É que a morbidade, as promoções durante a carreira, as funções administrativas, o primeiro ano do exercício profissional são situações sentidas como intenso estresse dos magistrados. O número de dias de afastamento do trabalho devido às licenças médicas sugeriu como alto o grau de adoecimento da população. Este estudo apontou já em 2005 a presença da Síndrome de *Burnout* como uma doença associada ao estresse profissional dos magistrados.

No Brasil, a primeira publicação em que se discorre sobre a síndrome é de França (1987), que aparece na Revista Brasileira de Medicina. Na década de 1990, tiveram lugar as primeiras teses que contemplavam o tema, a exemplo de Lipp (1996) que já cita o Burnout em seus estudos sobre o estresse.

Muito se fala sobre o estresse, que vem sendo caracterizado como a doença do século XXI. Um levantamento realizado pela Associação Internacional do Controle do Estresse, ISMA (Internacional Stress Management Association), revelou que o Brasil é o segundo país do mundo com níveis de estresse altíssimos. É uma doença gerada pelo grau mais elevado do estresse, caracterizada pelo esgotamento mental intenso causado por pressões no ambiente profissional, que leva ao esgotamento total do paciente e atinge três em cada dez trabalhadores do País. Sua causa como doença, porém, está relacionada aos estímulos externos e à pressão a qual é submetida uma determinada pessoa e ao desgaste

que ela pode sofrer sob esta pressão. As mudanças tecnológicas e o conseqüente aumento da produtividade e lucratividade trouxeram impactos à saúde do trabalhador, mais notadamente na esfera física e psíquica.

O termo “estresse” designa desgaste e tensão, tendo sua origem na física. As principais fontes do estresse são o excesso de ruídos, os engarrafamentos, o exagero de informações e de preocupações aliados a pouca qualidade de vida. Sua rápida propagação no mundo pode estar associada ao fato de que, por milhões de anos, o ser humano foi se adaptando biologicamente a um estilo de vida diurno e não sedentário, além de um ritmo de mudanças muito mais lento do que encontramos nos dias atuais, especialmente nas grandes cidades.

Benevides-Pereira (2002) menciona que o termo *Burnout* passou por uma série de designações, sendo chamado de “A Síndrome do Assistente Desassistido” ou “A Síndrome do Cuidador Descuidado”. Apesar da diversidade de conceituações atribuídas ao *Burnout*, ocorreu uma unanimidade entre os pesquisadores, na medida em que todos assinalavam a influência direta do mundo do trabalho como condição para determinação dessa síndrome.

O portador da Síndrome de Burnout muitas vezes não sabe que a possui e passa a medir sua autoestima pela capacidade de realização e sucesso profissionais. Sendo assim, sente a necessidade de se afirmar, transformando em obstinação e compulsão o desejo de realização profissional. Este fenômeno pode estar ligado à ideia de que ser um *workaholic* – pessoas que vivem para o trabalho – se tornou status para a maioria das pessoas que vivem nas grandes cidades.

A psicóloga e escritora Ana Maria Teresa Benevides-Pereira (2002) ilustra que os problemas de relacionamento com colegas, clientes e chefes, a falta de cooperação entre os colegas de trabalho, de equilíbrio entre a vida profissional e a pessoal e também de autonomia são grandes causadores do nível máximo de estresse. Fortes candidatos são aqueles conhecidos como *workaholics*, que se identificam bastante com o trabalho, vivem para ele e têm níveis de exigência muito altos, conclui a autora.

Pessoas com a SB apresentam sintomas como fadiga, cansaço constante, distúrbios do sono, dores musculares e de cabeça, irritabilidade, alterações de humor e de memória, dificuldade de concentração, falta de apetite, depressão e perda de iniciativa. Seus efeitos interferem em nível individual, profissional e organizacional, e provoca prejuízos na esfera pessoal e afetiva, atingindo até mesmo a esfera institucional.

Essa soma de mal-estares pode levar ao alcoolismo, ao uso de drogas e até mesmo ao suicídio. No dia-a-dia, a pessoa fica ainda arredia, isolada, passa a ser irônica, cínica e a produtividade cai. Muitas vezes, o profissional acredita que a melhor opção seja tirar férias; entretanto, quando volta, descansado, retoma a postura anterior. Há casos de pessoas que saíram de férias, descansaram e estavam bem, mas, ao voltar ao trabalho, apresentaram os sintomas novamente.

A pessoa tende a adoecer mais porque o sistema imunológico está comprometido. “Há casos de pessoas que saíram de férias, descansaram e estavam bem, mas, ao voltar ao trabalho, apresentaram os sintomas novamente” (BENEVIDES-PEREIRA, 2002, p.12).

A Síndrome de *Burnout*, sendo uma resposta ao estresse laboral crônico, integra atitudes e sentimentos negativos em relação às pessoas, à falta de realização profissional e às sensações de esgotamento físico e psíquico. O recente crescimento do interesse por essa síndrome está associado ao aumento da demanda e das exigências da população com relação aos serviços sociais, educativos e de saúde. Quando não há um acompanhamento adequado, o trabalhador chega ao ponto de desistir da carreira, pois nada lhe dá mais prazer, desligando-se do mundo laboral.

O *Burnout* é resultante da interação de variáveis psicológicas, biológicas e sócio culturais, além de fatores de risco e multideterminantes que aumentam a probabilidade do desenvolvimento e da manutenção da síndrome. Dessa forma, o grau e o tipo de manifestações dependerão da configuração de fatores individuais (predisposição genética, experiências sócio educacionais) e fatores ambientais (locais pessoas e condições de trabalho).

O desenvolvimento da síndrome envolve aqueles profissionais motivados e

comprometidos com sua profissão e seu trabalho, e que, progressivamente, vão exaurindo-se, descomprometendo-se e frustrando-se. A síndrome, por se desenvolver em longo prazo e de forma multicausal, se torna de difícil diagnóstico e exige uma análise mais aprofundada da questão. Observa-se que frustrações, decepções e sentimento de impotência desenvolvida pelos trabalhadores em sua trajetória profissional, devido às condições de trabalho oferecidas, acabam por se configurar em elementos importantes no processo de desenvolvimento da síndrome.

O trabalho tem importância relevante na vida do indivíduo. Investe-se grande parte da existência na preparação (estudos e estágios) e na dedicação ao trabalho. Subtraindo-se a fase preliminar da instrução e instrumentação, tem-se que, de forma geral, dependem-se ao menos oito horas diárias, isto é, mais de 1/3 do dia, durante 30, 35 anos ou mais, sem computar-se o tempo utilizado com a locomoção. (BENEVIDES– PEREIRA. 2002. p.13).

Considerando que a Síndrome de Burnout ou Síndrome do Esmagamento Emocional, equiparada ao acidente do trabalho, é pouco discutida no meio acadêmico e, dada sua relevância no mundo do trabalho pela ameaça à saúde do trabalhador, contribuindo fortemente para as doenças emocionais presentes no meio ambiente do trabalho, o presente estudo busca investigar e discutir essa doença ocupacional pouco conhecida à luz das ciências médicas e jurídicas com intuito de melhor compreendê-la.

Para tanto, desenvolveu-se uma pesquisa qualitativa e descritiva a partir de: a) pesquisa bibliográfica (livros, periódicos jurídicos nacionais) e documental (leis, jurisprudências, manuais públicos, pareceres, normas regulamentadoras) constituindo vertentes específicas do tema investigado; b) Levantamento das demandas judiciais sobre a Síndrome de Burnout apurado nos últimos 10 anos junto ao Tribunal Regional do Trabalho da 2ª Região, São Paulo durante o mês de junho de 2018.

## 2. Objetivo



Esse estudo teve como principal objetivo compreender os fatores que contribuem para o surgimento da Síndrome de Burnout em trabalhadores, e com agravos, no local de trabalho insalubre e sua associação com outros transtornos psiquiátricos e suas consequências para o indivíduo e a organização.

### **3. Metodologia**

Para o desenvolvimento desse estudo, qualitativo e descritivo foi efetuada uma pesquisa realizada a partir de duas etapas:

1ª) Pesquisa bibliográfica (livros, periódicos jurídicos nacionais) e documental (leis, jurisprudências, manuais públicos, pareceres, normas regulamentadoras) constituindo vertentes específicas do tema investigado.

2ª) Levantamento das ações dos trabalhadores que envolviam doença ocupacional junto ao Tribunal Regional do Trabalho da 2ª Região em São Paulo nos últimos 10 anos e, destas, foram selecionadas as ações referentes a Síndrome de Burnout.

### **4. Resultados e Discussão**

Com autorização do M.M. Juiz convocado do Tribunal Regional do Trabalho da 2ª Região, São Paulo foram examinadas 49 demandas judiciais transitadas em julgado nos últimos 10 anos.

Importante frisar que a doença ocupacional SB, é pouco conhecida pela sociedade em geral e pelos trabalhadores, uma vez que, os sintomas iniciais se confundem com estresse elevado, depressão, etc., enfim, razão pela qual o número de processos é pequeno.

Dos 49 processos estudados, 29 foram iniciados por mulheres, sendo 10 com decisões procedentes, e 19 improcedentes. Já os homens totalizaram 20 ações dentre as 49, onde 5 decisões receberam procedência e 15 tiveram seus pedidos negados. Essa

pesquisa observou que as mulheres são mais atingidas pela SB, e as razões apontadas, recaem sobre a dupla jornada, trabalho e família.

Das 15 ações julgadas procedentes, o reconhecimento do assédio moral pelo Tribunal foi preponderante na causa da doença ocupacional - Síndrome de Burnout. Por outro lado, as ações julgadas improcedentes tiveram como desfecho a decisão lastreada no estresse emocional. Considerando que as contendas foram desencadeadas por reflexos da vida pessoal somatizados na vida profissional.

As análises efetuadas a partir dos acórdãos proferidos pelo Tribunal do Trabalho da 2ª Região evidenciaram que existem dificuldades em relação a diagnosticar a Síndrome de Burnout por psicólogos ou médicos a depender do estágio da doença.

Por outro lado, verificou-se que o assédio moral, também é de difícil prova, uma vez que o assediador age sempre em particular dificultando o reconhecimento do ilícito trabalhista, como agente causador da Síndrome de Burnout.

Dada a complexidade na definição de assédio moral para fins de decisões judiciais, a Desembargadora Carmem Gonzalez, em sua relatoria junto ao Tribunal Regional do Trabalho da 4ª Região, Rio Grande do Sul, expressou com clareza uma definição de assédio moral a qual consideramos bastante elucidativa sobre o tema cujo acórdãos reportamos abaixo:

**O Tribunal Regional do Trabalho da 4ª Região, ao proferir acórdão da lavra da Desembargadora Relatora Carmen Gonzalez, no Recurso Ordinário de nº 00036-2008-352-04-00-0, no qual trata da matéria, julgado em 16.10.2008, definiu assédio moral como sendo: “[...] a repetição, ao longo do tempo, de agressões veladas, muito embora ligadas entre si, que, em outros casos, se isoladas, seriam irrelevantes, ou toleráveis”.**

Agrava-se o mobbing, pela determinação patronal de

cumprimento de ordem manifestamente impossível, alterando desarrazoadamente a jornada da empregada que volta da licença-maternidade para horário incompatível com o funcionamento de berçários e creches. Nesse diapasão, o assédio moral deflagra uma verdadeira guerra psicológica no local do trabalho, agregando dois fenômenos: o abuso de poder, o qual é rapidamente desmascarado e não é aceito necessariamente pelos empregados, bem como a manipulação perversa, instalando-se de forma insidiosa, mas não menos devastadora que o abuso de poder. O assédio nasce como algo inofensivo, propagando-se insidiosamente. Inicialmente, as pessoas envolvidas negam-se em reconhecer que estão ofendidas levando desavenças e maus-tratos na brincadeira. Porém, os ataques multiplicam-se com o passar do tempo e a vítima passa a ser acuada, inferiorizada, ademais, submetida a manobras hostis e degradantes durante um período maior.

Consoante o entendimento do Tribunal Superior do Trabalho, o assédio moral se caracteriza por atitudes deliberadamente perversas, com o objetivo de afastar o empregado do mundo do trabalho e que provoca danos à sua personalidade, à sua dignidade e até mesmo à integridade física ou psíquica, põe em perigo o emprego e degrada o ambiente de trabalho. Entretanto, a violação da dignidade do trabalhador através das condutas abusivas desenvolvidas no contexto profissional, se faz necessária para a identificação precisa do assédio moral nas relações de trabalho. Isto porque, o assédio moral, além de ser conduta contrária à moral, enquanto regra de conduta elementar para a convivência pacífica em sociedade, contraria o ordenamento jurídico, uma vez que viola o dever de tratamento com urbanidade, respeito à dignidade e personalidade de

outrem.

Assim sendo configurado o assédio moral, evidencia-se a violação dos direitos de personalidade do empregado vítima do fenômeno, os quais dizem respeito aos atributos que definem e individualizam a pessoa, protegendo-a em seus mais íntimos valores e em suas projeções na sociedade, merecendo, portanto, maior atenção do judiciário, em face da falta de legislação específica regulamentando a matéria. Ressalte-se, por oportuno, que, tais direitos, embora sejam desprovidos de valor econômico, possuem para seu titular valor absoluto e inato, tendo, portanto, caráter irrenunciável, intransmissível e imprescritível.

Ademais, os atentados à dignidade e equilíbrio psíquico sofrido pelo trabalhador, deflagrados pela prática do assédio moral, isto é, pelos atos e procedimentos que criam situações de constrangimento e humilhações, atingem diretamente a autoestima da pessoa. Isto porque, o ato de assediar, ou seja, submeter alguém, sem trégua, a pequenos ataques repetidos com insistência, cujos atos têm significado, produzem na vítima o sentimento de ter sido maltratada, desprezada, humilhada, rejeitada. Frise-se que tal situação não se trata de mero estresse, desentendimentos ou conflitos individuais pontuais, não raros no convívio humano, ao contrário, trata-se, evidentemente, de conduta deliberada, intencional, com o objetivo de atacar a vítima na sua autoestima, desgastando-a, humilhando-a. Na esfera trabalhista, conforme esclarece Mário Schiavi, o assédio moral se configura em pressão psicológica contínua (habitual) exercida pelo empregador a fim de forçar o empregado a sair da empresa, ou a minar a sua autoestima. Se

expressa por meio de procedimentos concretos como o rigor excessivo, confiar ao empregado tarefas inúteis ou degradantes, desqualificação, críticas em público, isolamento, inatividade forçada dentre outras.

Contudo, o fenômeno do psicoterror ou assédio moral, se caracteriza, essencialmente, pela provocação do isolamento da vítima no ambiente de trabalho, o cumprimento rigoroso do trabalho como pretexto para maltratar psicologicamente o empregado, referências indiretas negativas à intimidade da vítima e discriminação da vítima, gratuitamente, sem qualquer justificativa plausível. Releva esclarecer que o assédio moral não se caracteriza apenas por atitudes ou comportamentos esporádicos, haja vista que esta prática envolve, sobretudo, uma situação prolongada no tempo, que se configura a partir de atitudes reiteradas de desrespeito, desprezo e humilhações direcionadas ao(s) subordinado(s) e/ou ao superior hierárquico. Embora seja um constrangimento de difícil prova, mas que se mostra diuturnamente presente nas relações interpessoais, principalmente nos ambientes laborais, ocasiona inequívocos danos à saúde psicológica e, não raras vezes, à saúde física da vítima. Todavia, não há como precisar qual o tempo exato para caracterizar a prática do assédio moral, variando conforme o caso. Em que pesem os doutrinadores, inicialmente, definissem o assédio moral como a situação em que uma pessoa ou um grupo de pessoas exercem uma violência psicológica extrema, de forma sistemática e frequente (em média uma vez por semana) e durante um tempo prolongado (em torno de uns 6 meses) sobre outra pessoa, tal conceito tem sido criticado por ser muito rigoroso. Diante do exposto, é imperioso esclarecer que, hodiernamente, a prática do assédio moral não ocorre tão

somente entre superiores hierárquicos e subordinados, mas, sobretudo, entre colegas de trabalho, com vários objetivos, entre eles o de forçar a demissão da vítima, o seu pedido de aposentadoria precoce, uma licença para tratamento de saúde, uma remoção ou transferência. Cumpre informar, por oportuno, que o fenômeno do assédio moral tem sido difundido mundialmente, variando sua denominação em alguns idiomas e, mesmo na língua portuguesa, constata-se que este fenômeno recebe diversas denominações, tais como: humilhação no trabalho, violência moral ou psicológica, assédio psicológico no trabalho, terror ou terrorismo psicológico no trabalho, psicoterror, tirania nas relações de trabalho, coação moral no ambiente de trabalho, molestamento moral e manipulação perversa.

Como se pode observar a doença ocupacional – Síndrome de Burnout, como analisado nesse estudo, embora afete cada vez mais os trabalhadores, o seu reconhecimento no mundo do trabalho é precário mostrando que ainda existe uma invisibilidade por parte da sociedade e das instituições de forma geral dos problemas de saúde mental do trabalhador gerados a partir do ambiente de trabalho.

Nesse contexto, importante ressaltar que o programa de metas pessoais atribuídas aos empregados como estímulo ao aumento da produtividade e lucratividade da empresa se tornam necessárias tanto ao empregador como ao empregado desde que não ultrapasse o limite do interesse econômico do negócio, ou seja, desde que não afete a saúde do empregado.

## 5. Conclusão

O presente estudo observa que quando o meio ambiente laboral é portador de vários agentes estressores, tornando o local de trabalho hostil, há forte influência de acometer os trabalhadores com a Síndrome de Burnout, de modo lento e gradual, contribuindo

sobremaneira e tornando-os estes, incapacitados para o exercício do seu ofício, de forma temporária ou permanente a depender do grau de severidade da doença. O empregador precisa estar atento às mudanças de comportamento de seus empregados, principalmente quando aparenta sensação de esgotamento físico e emocional, tendo atitudes negativas em relação ao trabalho, tornando o local inseguro e perigoso para todos.

As condições de trabalho e a forma como este é executado, tanto do ponto de vista físico como organizacional, são fatores que dão origem a doença, portanto fazem surgir ou agravam as condições físicas e psíquicas dos trabalhadores. Para reverter o quadro é preciso o enfrentamento direto no problema, o quanto antes, pois lidar com o ser humano significa lidar com sentimentos e valores distintos, que precisam ser considerados na busca de melhores condições laborais, num meio ambiente de trabalho equilibrado.

A Síndrome de Burnout ganha contornos mais estreitos, em razão do aumento das pressões do dia a dia, onde a competição instigada pelas metas pessoais e em time acelera o ritmo de trabalho, tornando-o fatigante, eleva a níveis alarmantes de estresse, que se não reconhecidos a tempo, torna a doença crônica, desencadeando a SB ou Síndrome do Esmagamento Emocional nos seus empregados.

De acordo com os prejuízos e transtornos tanto pessoais, profissionais e também sociais que o Burnout acomete nos trabalhadores, foi possível detectar que há um avanço considerável do Direito no Brasil com relação à doença, já que existem regulamentações na ordem jurídica que apontam que a SB como responsável pela incapacidade de profissionais, abrindo precedentes para o estabelecimento legal desta síndrome, reconhecida como doença ocupacional e equiparada ao acidente de trabalho.

Por fim, resta dizer que, existem fatores no ambiente de trabalho que leva ao desenvolvimento da SB, mas para que haja confirmação oficial, neste caso, é dever de fazer do empregador, junto ao INSS através da Comunicação do Acidente do Trabalho, mediante a abertura do CAT, nos termos do artigo 22 da lei 8213/91, num prazo de 24 horas, a partir da ocorrência do acidente, restando portanto, a comprovação da existência do nexo de causalidade, a fim de proteger o empregado, e este, possa usufruir dos

benefícios previdenciários, a posteriori.

Contudo, a questão está longe de ser solidificada, seja na doutrina, ou na jurisprudência, pela inconsistência em razão das subnotificações ao Poder Público, motivada pela temeridade sofrida pelo empregado, seja na perseguição pessoal consubstanciada no assédio moral, ou ainda, a ameaça da pena capital com a ruptura do Contrato de Trabalho. Cabe, portando, aos operadores do direito a promoção de uma discussão mais aprofundada sobre este instituto jurídico na busca de soluções mais justas e adequadas não apenas para o empregado, como também para a sociedade como um todo.

## Referências

BENEVIDES-PEREIRA, A.M.T. **Burnout: Quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2002.

LIPP, E.N. **Transtornos de adaptação**. Boletim academia psicologia. São Paulo, (1996).

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE (OMS). **CID 10 Z73.0**, Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados com a Saúde.

SILVA, W. M. **O dano moral e sua reparação**. 3ª ed. Rio de Janeiro: Forense, 1983.

TRIBUNAL REGIONAL DO TRABALHO DA 4ª REGIÃO, ao proferir acórdão da lavra da Desembargadora Relatora Carmen Gonzalez, no **Recurso Ordinário de nº 00036-2008-352-04-00-0**, julgado em 16.10.2008, definiu assédio moral. <https://trt-4.jusbrasil.com.br>. Acesso em 14/10/2018.

TRIBUNAL REGIONAL DO TRABALHO DA 2ª REGIÃO-SP, **local onde se realizou a visita e pesquisa dos acórdãos transitados em julgado sobre a Síndrome de Burnout**., em 26/06/2018.

TRINCA M.M. **Conceito de Burnout**. <https://www.einstein.br/estrutura/check-up/saude-bem-estar/saude-mental/sindrome-burnout>. Acesso em 10/09/2018.