



TRABALHAR ATÉ PERDER O SENTIDO: O *BURNOUT* COMO SINTOMA DE UMA CULTURA PRODUTIVISTA

**Adrielle Ramos de Oliveira
Andressa Fernanda Fagundes
Kamilly Braga Camargo
Kawane Huk de Lima
Luana Romualda Piemontez
Rosana Miranda da Silva
Graciela Sanjutá Soares Faria**

Resumo

Este resumo examina se na contemporaneidade o sofrimento é glamourizado como resiliência, e o prazer é sequestrado como moeda de troca até que ambos se tornem faces da mesma moeda: o *burnout*. A crise existencial manifesta-se constantemente em uma sociedade que supervaloriza o trabalho em detrimento do bem-estar, problematizando a redução do indivíduo à sua função produtiva e os impactos dessa lógica na saúde mental. A justificativa reside na alta prevalência do fenômeno no Brasil, onde afeta 30% dos trabalhadores (ISMA-BR, 2019), com custos sociais e econômicos significativos. O objetivo é analisar a relação entre prazer e sofrimento no trabalho. Este estudo é qualitativo com base em Frederick Herzberg e Christophe Dejours, e articula críticas à cultura laboral tóxica por meio de revisão bibliográfica e da análise de entrevistas semiestruturadas com 6 trabalhadores de diversas organizações. Os resultados indicam que 4 dos 6 entrevistados possuem entre 40 e 50 anos, com tempo de empresa variando de 4 meses a 25 anos, 4 dos 6 se considera feliz no trabalho por gostar do que faz. Os fatores que mais contribuem para essa felicidade são as relações interpessoais, o reconhecimento, a confiança e a autonomia. Os principais obstáculos à felicidade citados foram a remuneração, a cobrança excessiva, a alta demanda e, em alguns casos, os próprios relacionamentos interpessoais. A percepção sobre o impacto da liderança e da cultura organizacional foi dividida, variando entre relatos de impactos positivos (respeito, autonomia) e negativos (falta de diálogo, desvalorização), enquanto a abertura para discutir emoções e sofrimento foi considerada limitada ou desvalorizada. Sobre a compatibilidade entre trabalho e felicidade, os participantes veem possibilidade, especialmente ao se trabalhar com o que gosta em um ambiente saudável, mas ressaltam que a prática nem sempre corresponde a esse ideal. As sugestões de mudanças desejadas concentraram-se em melhores condições de descanso, aumento salarial com oportunidades de crescimento e maior empatia no ambiente laboral. A análise desses resultados à luz do referencial teórico permite observar a importância crucial dos fatores motivacionais de Herzberg – como reconhecimento, autonomia e o próprio conteúdo da tarefa – na sustentação do prazer no trabalho. Simultaneamente, a valorização das relações interpessoais e do apoio coletivo aponta para a construção das estratégias coletivas de defesa propostas por Dejours, que funcionam como um antídoto contra a organização patogênica do trabalho. A glamourização do cansaço e a transformação do sofrimento em sinônimo de dedicação revelam uma cultura que sequestra o bem-estar em nome da produtividade, fragilizando o sentido do trabalho e contribuindo para o aumento dos casos de esgotamento. Dessa forma, conclui-se que a discussão sobre *burnout* não deve se restringir a medidas individuais de enfrentamento, pois é necessária desde a revisão de práticas de gestão até a criação de espaços de diálogo, para equilibrar produtividade e qualidade de vida e ressignificar o trabalho. O desafio está em transformar as organizações em espaços que acolham a complexidade humana, reconhecendo o prazer e a coletividade como antídotos fundamentais contra o *burnout*.

Palavras-chave: *Burnout; Saúde Mental no Trabalho; Sofrimento Psíquico; Organização do Trabalho; Felicidade no Trabalho; Psicodinâmica do Trabalho.*