

INTRODUÇÃO

O presente trabalho visa o estudo da Síndrome de Burnout no contexto da relação de trabalho que vem sendo tecida na pós modernidade, no que concerne a atuação do advogado moderno.

A nova sistemática de trabalho na pós-modernidade, traz elementos que afetam a saúde mental do operador de direito, assim, esta temática merece ser analisada e elevada à um patamar relevante, principalmente, ante as mudanças recentes de julho de 2017 da reforma trabalhista que claramente tornam mais dinâmicas e renovam as relações de trabalho. Houveram, com a Lei nº 13.467, que altera a Consolidação das Leis do Trabalho (CLT), aprovada pelo Decreto-Lei no 5.452, de 1º de maio de 1943, mudanças significativas com a reforma, cita-se a divisão do período de férias podendo ser divididas em até três períodos distintos, por meio de negociação, desde que um período contemple ao menos 15 dias corridos; intervalo intrajornada negociável, sendo respeitados ao menos trinta minutos, nova jornada de trabalho que pode chegar a doze horas, respeitados os limites constitucionais de 44 horas semanais e 220 horas mensais, conforme art.7º CR/1988; exclusão das horas *in tinere* dentre outras.

Desta forma, cabe o questionamento sobre em que medida o ordenamento jurídico tutela a manutenção da saúde mental do advogado ao exercer a profissão e a conscientização dos mesmos na busca de manterem a boa saúde física e mental.

OBJETIVOS

O objetivo do presente trabalho é alcançar o resultado investigativo. Analisar os efeitos da síndrome de Burnout na nova forma de trabalho e perceber que as relações das novas configurações do trabalho e as liberdades de atuação se correlacionam com a Síndrome de Burnout. Assim, busca-se analisar em que medida o ordenamento jurídico contribui para garantir que o indivíduo não tenha seus direitos tolhidos pela relação de mercado; entender o quanto o esforço individual na tentativa de aprimoramento pessoal pode levar o próprio indivíduo a sofrer com a Síndrome de Burnout e refletir sobre o que o próprio advogado moderno pode fazer para amenizar os sintomas da síndrome.

METODOLOGIA

O método abordado pela pesquisa é majoritariamente qualitativo, empregou-se análise de dados de pesquisas disponibilizadas por autores, textos, leis e jurisprudências nacionais e internacionais.

DESENVOLVIMENTO DA PESQUISA

Partindo da premissa que o trabalho é um direito amparado no Princípio da Dignidade da Pessoa Humana, com seu ápice na CR/1988, não pode o mesmo ser agredido pela falta de observação das normas regulamentadoras do trabalho, tampouco pela não observância de normas constitucionais, acontece que a Síndrome de Burnout se insere na vasta problemática do sofrimento e do mal-estar no trabalho, de acordo com Christophe Dejours “o medo da demissão e substituição em razão da disponibilidade de mão-de-obra está sendo utilizado como mecanismo de controle e obtenção de resultados para as empresas” (Dejours, 2000).

A nova organização de trabalho contém a ideia de liberdade de trabalhar como e quando quiser. O contato direto com a “internet” se tornou uma ferramenta para o labor e favorece a permanência da rotina de trabalho, assim, não existe o momento de descanso mental necessário para a atuação plena do advogado. Mesmo sem ser notado, os danos vão se demonstrando no decorrer da carreira do advogado e fazendo com que este adoença.

Na busca por melhores condições de vida há uma inversão de valores: não mais se trabalha para viver, mas sim se vive para o trabalho. Esse paradoxo, muitas vezes enfrentado como se fosse uma situação passageira acaba por findar uma vida de expectativas, pois há exagerada dedicação e empenho ao trabalho a ponto de ocasionar o desenvolvimento de doenças das mais diversas e, não obstante, a Síndrome de Burnout.

A palavra Burnout foi difundida no início da década de 1970, em um artigo publicado por Herbert Freudenberger, considerado um dos médicos pioneiros a tratar do assunto. De acordo com Skovholt, apud Mallet e Forti (2015, p.296), o médico era dedicado a assuntos relacionados ao comportamento humano, e elaborou um estudo associando o uso de drogas ao comportamento daquelas pessoas que sofriam com a doença do Esgotamento Profissional.

A análise etimológica do distúrbio mental decorre da expressão *burn out*, que, traduzida para a língua pátria, significa “falta de chama”.

Com base no DICIONÁRIO DE PSICOLOGIA , a Síndrome de Burnout pode ser definida pela leitura especializada como uma:

[...] reação à tensão emocional crônica gerada a partir do contato direto, excessivo e estressante com o trabalho, essa doença faz com que a pessoa perca a maior parte do interesse em sua relação com o trabalho, de forma que as coisas deixam de ter importância e qualquer esforço pessoal passa a parecer inútil. [...]

Entre os fatores aparentemente associados ao desenvolvimento da Síndrome de Burnout está a pouca autonomia no desempenho profissional, problemas de relacionamento

com as chefias, problemas de relacionamento com os colegas ou clientes, conflito entre trabalho e família, sentimento de desqualificação e falta de cooperação da equipe.

A doença se desenvolve devido à tensão sofrida por uma gama de motivos: execução de objetivos de difícil alcance, cargas de trabalho extenuantes, metas impossíveis, negligência ao direito à desconexão, dentre outros. Logo, o trabalhador passa a não suportar as exigências do trabalho de maneira que o acúmulo de stress leva ao sofrimento.

A Síndrome pode afetar todas as profissões, não somente a de advogado, inclusive, todos os setores de atividade, todas as organizações ou instituições, tanto do setor privado, como do setor público. As conseqüências danosas da síndrome acabam adentrando no lar do profissional, ocasionando danos também ao convívio familiar.

Como sintomas iniciais, são constatados a falta de entusiasmo, empenho, motivação e os sentimentos de improdutividade, de frustração e, de cinismo.

A Síndrome de Burnout evolui em doze estágios, podendo culminar em desastrosas conseqüências para a vida do trabalhador. Avaliação negativa de si mesmo, depressão e sensibilidade com relação a quase tudo e todos são algumas das características da Síndrome de Burnout.

Para Wanderley Codo, e Iône Vasques-Menezes , apud, Mallet e Forti (2015, p. 297) os sintomas da Síndrome de Burnout se manifestam em etapas, o autor cita doze estágios conde classifica os níveis de desenvolvimento da doença:

1ª Fase: Inicia por uma compulsão na busca de provar a si mesmo que é capaz de aceitar diversas tarefas impostas;

2ª Fase: Trabalha mais e prova não somente a si sua capacidade, mas também aos que estão ao seu redor;

3ª Fase: Provar que conseguem se adaptar a estruturas que não são do seu perfil, se esforçando e se fechando no próprio trabalho.

4ª Fase: Negligenciar suas necessidades, não existe tempo para a família e amigos, necessidades básicas como dormir e comer passam a ser percebidas como perda de tempo, pois há algo mais importante em que se concentrar.

5ª Fase: Há o deslocamento de conflitos, inicia-se uma consciência de que o que está acontecendo não é correto, no entanto, não se consegue perceber de onde vem o problema e o individuo desencadeia em uma crise interna e começam a surgir problemas físicos.

6ª Fase: Sintomas de apatia. O trabalho é o mais importante, há um deslocamento de valores e a pessoa se torna insensível aos acontecimentos ao seu redor, tornam-se fechados;

7ª Fase: Introversão, intolerância, agressividade e sarcasmo por parte do doente;

8ª Fase: Não gostam de estar no convívio social;

9ª Fase: Num momento ainda mais crítico, há retirada completa do indivíduo para seu isolamento;

10ª Fase: A forma de compensação desse desequilíbrio pode ser descontada em drogas diversas e o consumo demasiado de álcool. Nesse momento o indivíduo começa a se sentir perdido. Nesse ponto a família já não consegue ignorar tais mudanças de hábito.

11ª Fase: Despersonalização é a consequência para o trabalho desmedido, não se observa mais as características valorativas das outras pessoas, a visão do indivíduo tem o foco somente nas séries de funções mecânicas que ele desempenha isso traz o vazio interior que se tenta compensar com impulsos alimentares e outros prazeres que são efêmeros.

12ª Fase: Com todas essas características, tudo relacionado ao seu trabalho atenuante, o indivíduo experimenta a depressão, o quadro clínico é a falta de esperança, indiferença, apatia, falta de sentido na vida.

Todos esses sintomas são característicos da Síndrome de Burnout e o colapso físico e emocional do trabalhador necessita de atenção médica imediata para o devido tratamento do paciente, sob pena de, em casos extremos, o consentimento de suicídio.

Embora a doença seja grave e mereça a devida atenção, apresenta possibilidade de cura, sendo viabilizada por meio de tratamentos com medicamentos e, com a prescrição de terapias para recompor os danos advindos do estresse.

De acordo com o médico generalista, Arthur Frazão, atividades concomitantes de dança, passeios, atividades físicas, melhor convívio com a família e demais atividades relaxantes ajudam na recuperação o que pode levar alguns meses.

Considerada uma doença ocupacional, encontra-se no aparato jurídico trabalhista algumas tutelas para o trabalhador que é afligido pela Síndrome, como o afastamento da atividade profissional para a sua recuperação e, até mesmo a sua aposentadoria.

Dejours apud Teodoro (2015, p. 321) discorre que só não adoce aquele que consegue adotar estratégias de defesa (individuais ou coletivas) que permitam o controle do sofrimento. O psiquiatra e psicanalista utiliza da expressão “camuflagem”, de modo que tais medidas seriam necessárias para burlar as fases do desenvolvimento da doença e para minimizar as pressões no trabalho, como válvula de escape para o estresse.

Um estudo realizado na Bélgica, por médicos generalistas e médicos do trabalho, constatou, em um período de três meses um diagnóstico de 1.089 casos de Burnout em trabalhadores sobre uma população de 136.131 pessoas. Neste caso, a prevalência da

Síndrome de Burnout na população ativa belga foi estimada em 0,8%. (Hansez, Mairiaux, Firket&Braeckman, 2010).

Outro estudo investigou o estresse laboral vivenciado pelos trabalhadores das equipes da Estratégia da Saúde Familiar do município de Santa Maria/RS. O resultado da pesquisa identificou que dos 162 participantes, 6,97% estão acometidos pela Síndrome de Burnout, com a idade jovem (até 40 anos), e não existe uma categoria, profissão específica para a manifestação da doença, é independente de sexo, formação ou função. Ainda, houve a constatação de que os jovens demonstraram que existe uma insegurança em relação ao trabalho e, por vezes, percebem que o mesmo não garantirá a realização de suas ansiedades e desejos, gerando insatisfação e desgaste ao trabalhador.

Do último estudo apontado, há, inclusive, a indicação para se instaurar ações preventivas e interventivas desde os sintomas iniciais comuns à Síndrome de Burnout. Frente à identificação desses sintomas, são sugeridas as seguintes medidas: o fortalecimento das relações interpessoais, (com a família, amigos e o lazer), e o apoio do trabalhador como estratégia para minimizar os efeitos nocivos à saúde do trabalhador, seguidas de ações que valorizem a sua pessoa.

CONCLUSÕES

A perspectiva esperada para o século XXI é de muito trabalho e crescimento nas demandas de advogados, principalmente no Vetor Norte que vem se expandindo de forma nítida. A vinda de grandes empreendimentos e o “Bum” de desenvolvimento econômico na região evidencia a movimentação e o aumento do campo de trabalho, principalmente aos jovens advogados. Desta forma, é ímpar a necessidade de se compreender que a mente precisa descansar para produzir e, assim, evitar a Síndrome de Burnout. De acordo com Dejours, o trabalho nunca age de forma neutra de modo que pode contribuir para a vida saudável ou para a doença do trabalho. Então, do mesmo modo que o trabalho busca suprir as necessidades humanas, transformando o trabalhador em um elemento integrante do contexto social, este tem poder de causar também sofrimento e angústia, se mal exercido.

Deste modo, a Síndrome de Burnout pode vir a ser uma consequência da relação de emprego nos tempos atuais diante das exigências do mercado. Assim sendo, reflete a violação à Constituição da República de 1988, que prima pela dignidade do trabalhador em seu aspecto amplo, bem como desrespeito a CLT e a figura do profissional. O direito à desconexão do trabalho é frequentemente rechaçado nesse novo patamar de trabalho. Diferentemente do ócio, o direito à desconexão é o direito do funcionário de não trabalhar fora dos seus horários,

encerrada a sua jornada de trabalho. Os novos paradigmas de trabalho são fatores diretos de adoecimento, não permitem a desconexão ao trabalhador e tão pouco o seu direito fundamental de se ter o trabalho como dignidade, ele se transformou, novamente em escravo, agora, em tempos pós-modernos.

Ultrapassadas tais compreensões, entende-se que a melhor forma de se prevenir a Síndrome de Burnout é a valorização do trabalho e da qualidade com que ele é exercido, devendo o advogado ter consciência das suas limitações mantendo o foco no trabalho e se empenhando mas com sabedoria para que a sua saúde mental seja respeitada e incentivada também pelo empregador conforme preconiza a Constituição da República de 1988.

REFERENCIAS

ALVARENGA, Rubia Zanotelli de(org.) Direito Constitucional do Trabalho São Paulo. Ed. LTr. 2015

_____. Constituição Federal de 1988. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/ConstituicaoCompilado.htm. Data de acesso: 30 jul. 2014.

CODO, W.,& Vasques-Menezes, I. (1999). O que é Burnout? Em W. Codo (Org.), Educação: Carinho e trabalho. Rio de Janeiro: Vozes.

DEJOURS, Christophe. A banalização da injustiça social. Trad. Luiz Alberto Monjardim. 3. ed. Rio de Janeiro: Fundação Getúlio Vargas, 2000.

_____, C.; ABDOUCHELI, E.; JAYET, C. Psicodinâmica do trabalho: Contribuições da Escola Dejouriana à análise da relação prazer, sofrimento e trabalho. São Paulo: Atlas, 1994.

DELGADO, Maurício Godinho. Introdução ao Direito do Trabalho. São Paulo: LTr, 1999.

DICIONÁRIO DE PSICOLOGIA. Link: <http://www.portaldapsique.com.br/Dicionario/B.htm>. Acesso em: 26 out 2016.

FIORILLO. CELSO ANTONIO PACHECO, Curso de Direito Ambiental Brasileiro, 4ª ed. São Paulo: Ed. Saraiva, 2003.

GOMES, Orlando. Obrigações. Rio de Janeiro. 1997.

Clot, Yves. A Função psicológica do trabalho. In: CODO, wandeley (Org.) O trabalho Enlouquece? Um encontro entre a clínica e o trabalho. Rio de Janeiro: Editora Vozes, 2004.

GONÇALVES, Carlos Roberto Direito civil brasileiro, volume 4. Responsabilidade civil. 7. Ed. São Paulo. Saraiva, 2012.

MELLO, Roberta Dantas De. Relação de Emprego e Direito do Trabalho: papel histórico, crise e renascimento. São Paulo: LTr, 2015.

SILVA, Leda Maria Messias da e WOLOWSKI, Matheus Ribeiro de Oliveira. O assédio moral por excesso de trabalho e suas consequências. Direito do trabalho e meio ambiente do trabalho II. Organização CONPEDI/UFMG/FUMEC/Dom Helder Câmara. Florianópolis: CONPEDI, 2015.

TRINDADE, Leticia de Lima e, LAUTERT, Liana. Síndrome de Burnout entre os trabalhadores da Estratégia de Saúde da Família. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/reeusp/v44n2/05.pdf>>

VENOSA, Sílvio Salvo. Direito Civil - Vol. IV - Responsabilidade Civil, 16ª edição. Atlas, 03/2016.