

IMPACTOS DA PRECARIZAÇÃO DO TRABALHO NA SAÚDE MENTAL

Lincoln Augusto Taddeo, Luciana Murari

¹ Pontifícia Universidade Católica Do Rio Grande Do Sul, Avenida Ipiranga 6681, Porto Alegre, RS, 90619-900, Brasil, l.firoozmand@gmail.com.br, luciana.murari@pucrs.br

Resumo

O estudo tem como objetivo compreender os impactos da precarização do trabalho na saúde mental dos trabalhadores, analisados sob a perspectiva psicanalítica a partir do mal-estar na cultura contemporânea. Utilizou-se uma pesquisa qualitativa de revisão bibliográfica, baseada em autores clássicos e contemporâneos, com consulta a periódicos e bases científicas nacionais. Os resultados evidenciam que a insegurança laboral, a flexibilização e a intensificação do trabalho produzem sofrimento psíquico, manifestado em sintomas como ansiedade, depressão e desamparo, configurando formas de violência estrutural e silenciamento. Observa-se que tais condições fragilizam vínculos sociais, intensificam o individualismo e comprometem a qualidade de vida do trabalhador. A psicanálise, ao abordar processos inconscientes e mecanismos de defesa, mostra-se essencial para compreender as dinâmicas subjetivas envolvidas. Conclui-se que a precarização impacta diretamente o psiquismo, reforçando a necessidade de ambientes laborais mais saudáveis e de políticas de proteção à saúde mental como condição fundamental para uma vida digna e sustentável.

Palavras-chave: Precarização do Trabalho. Saúde Mental. Psicanálise. Sofrimento Psíquico. Mal-estar na Cultura.

Área do Conhecimento: Ciências Humanas.

Introdução

O trabalho, historicamente associado a sofrimento e esforço, apresenta-se no capitalismo contemporâneo como mercadoria e objeto de troca, estruturando relações sociais marcadas por exploração e desigualdade. Nesse contexto, a precarização das relações laborais — caracterizada por insegurança, instabilidade e perda de direitos — tornou-se um fenômeno central na organização do mercado, impactando diretamente a subjetividade dos trabalhadores.

Pesquisas recentes destacam que os riscos psicossociais no trabalho favorecem o adoecimento mental, ampliando quadros de ansiedade, depressão e estresse crônico (FRANCO; DRUCK; SELIGMANN-SILVA, 2010; PEREIRA et al., 2020). Autores da psicanálise também contribuem para essa compreensão: Freud (1930/1976) já apontava o trabalho como fonte de mal-estar na cultura, enquanto Lacan (1969-1970/1992; 1972-1973/1985) enfatizava o papel do discurso capitalista na alienação e fragilização dos laços sociais.

Diante desse panorama, a psicanálise oferece instrumentos relevantes para interpretar o sofrimento psíquico decorrente da precarização laboral, permitindo analisar como os trabalhadores elaboram angústias e defesas diante de condições de vulnerabilidade. Assim, este estudo tem como objetivo compreender os efeitos da precarização do trabalho sobre a saúde mental, a partir de uma perspectiva psicanalítica do mal-estar na cultura contemporânea laboral.

Metodologia

A pesquisa adotou abordagem qualitativa, adequada às Ciências Humanas por permitir a análise de fenômenos subjetivos e contextuais. Esse método foi escolhido devido à complexidade do objeto — os impactos da precarização do trabalho na saúde mental — que exige interpretação crítica da experiência humana, não se restringindo a indicadores quantitativos.

Como estratégia, realizou-se uma revisão bibliográfica em bases de dados acadêmicas, como Biblioteca Digital Brasileira de Teses e Dissertações (BDTD), Catálogo de Teses e Dissertações da Capes e acervo da Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul (PUCRS), além de periódicos especializados, como Cadernos de Psicologia Social do Trabalho e Revista Psicologia: Organizações e Trabalho. A seleção dos materiais priorizou obras clássicas de autores como Freud (1930/1976) e

Lacan (1969-1970/1992; 1972-1973/1985) produções contemporâneas sobre precarização e saúde mental, buscando rigor científico e atualidade.

O diferencial metodológico consistiu em articular conceitos psicanalíticos com discussões contemporâneas sobre riscos psicossociais e sofrimento sociopolítico, identificando lacunas na literatura, como a ausência de análises aprofundadas do inconsciente no contexto laboral. Essa perspectiva não apenas organiza o estado da arte, mas propõe avanços teóricos que podem orientar futuras pesquisas e práticas voltadas à proteção da saúde mental no trabalho.

Resultados

A análise dos materiais consultados evidenciou que a precarização do trabalho exerce efeitos diretos e significativos sobre a saúde mental dos trabalhadores. Constatou-se que a insegurança laboral, a perda de direitos, a intensificação do ritmo de produção e a “uberização” das relações de trabalho promovem desestabilização psíquica e identitária, favorecendo o surgimento de quadros como ansiedade, depressão e síndrome de burnout. Dados do Ministério da Fazenda (2017) apontam que 31,05% dos auxílios-doença por transtornos mentais estão associados a estresse grave e transtornos de adaptação, seguidos por episódios depressivos (27,11%) e transtornos ansiosos (21,10%), confirmando a relevância epidemiológica do tema.

A literatura consultada também indica que a precarização se configura como uma forma de violência estrutural, pois invisibiliza o sofrimento e reforça mecanismos de silenciamento (ROSA, 2022). Esse processo impacta diretamente a subjetividade, desarticulando laços sociais e intensificando sentimentos de desamparo, conforme já discutido por Freud (1930/1976) e Lacan (1972-1973/1985). Além disso, observa-se que modelos de gestão baseados em eficiência e excelência — embora sustentados pelo discurso da produtividade — contribuem para ampliar o individualismo e o sofrimento psíquico (GAULEJAC, 2007; COELHO, 2020).

De modo geral, os resultados revelam que os trabalhadores em condições mais vulneráveis economicamente e com menor proteção social são os mais afetados pelas mudanças na legislação e práticas laborais (ARAÚJO; MORAIS, 2017), embora profissionais de alta escolaridade também estejam expostos a contextos precarizados (TOSTA, 2008). Evidencia-se, portanto, que a precarização do trabalho não é apenas um fenômeno econômico, mas um processo estrutural que repercute na saúde mental, confirmando a hipótese de que o mal-estar laboral contemporâneo é indissociável das dinâmicas capitalistas.

Outro aspecto identificado refere-se à crescente demanda clínica por parte de trabalhadores em sofrimento psíquico relacionado ao ambiente laboral. Estudos apontam que sintomas como ansiedade, depressão e exaustão não se restringem a manifestações individuais, mas revelam a internalização de pressões estruturais e macroeconômicas (MENEZES, 2010). A psicanálise mostra-se particularmente relevante nesse cenário, por permitir a análise das defesas inconscientes mobilizadas diante da insegurança, do desamparo e da alienação, possibilitando que o sujeito reconheça sua posição nesse contexto de exploração.

Por fim, os resultados evidenciam que a precarização não apenas compromete a saúde mental individual, mas também fragiliza os coletivos de trabalho e as possibilidades de resistência social. A lógica de fragmentação, intensificada pelo discurso capitalista, enfraquece a solidariedade entre trabalhadores e limita a construção de espaços de enfrentamento coletivo (LACAN, 1969-1970/1992). Assim, a precarização do trabalho é compreendida como fenômeno multidimensional, que atravessa o corpo, o psiquismo e os vínculos sociais, exigindo políticas públicas e abordagens clínicas que considerem simultaneamente tais dimensões.

Discussão

Os resultados evidenciaram que a precarização do trabalho impacta diretamente a saúde mental dos trabalhadores, confirmando o que já havia sido apontado em estudos clássicos e recentes sobre o tema. Autores como Franco, Druck e Seligmann-Silva (2010) descrevem a precarização não apenas como fenômeno econômico, mas como processo que atinge a subjetividade do trabalhador, promovendo insegurança, fragmentação e desamparo. Esses achados dialogam com a psicanálise freudiana, que identifica o trabalho como uma das principais fontes de mal-estar na cultura Freud,

A Ciência do NANO e seu impacto transformador no MACRO

(1930/1976), e com a leitura lacaniana do discurso capitalista, que desloca os laços sociais em prol da maximização do lucro (LACAN, 1972-1973/1985).

A análise também confirma a relevância dos riscos psicossociais descritos por Pereira et al. (2020), os quais favorecem quadros de estresse, ansiedade e depressão, em consonância com os dados do Ministério da Fazenda (2017). Essa associação entre contextos laborais precarizados e aumento de afastamentos por transtornos mentais aponta para um problema de saúde pública, exigindo respostas que ultrapassem o âmbito individual e atinjam políticas estruturais de proteção social e laboral.

Além disso, a literatura contemporânea reforça que a precarização se configura como forma de violência estrutural, invisibilizando o sofrimento e silenciando o trabalhador (ROSA, 2022). Esse mecanismo, somado às exigências de produtividade e excelência, contribui para a intensificação do individualismo, o enfraquecimento da solidariedade coletiva e a internalização da lógica capitalista nos processos psíquicos (GAULEJAC, 2007; COELHO, 2020). Tais efeitos são observados também na clínica psicanalítica, que identifica no sofrimento laboral manifestações de angústia, desamparo e defesas inconscientes diante da instabilidade (MENEZES, 2010).

Assim, ao articular referenciais clássicos e contemporâneos, este estudo reforça a ideia de que a precarização não é apenas um reflexo conjuntural, mas uma estratégia intrínseca ao capitalismo contemporâneo. Ao mesmo tempo, aponta lacunas na literatura, como a necessidade de maior integração entre psicanálise e ciências sociais para compreender como os mecanismos inconscientes e coletivos se articulam nas formas atuais de exploração. Perspectivas futuras devem investir em estudos que aproximem a clínica, as políticas públicas e as práticas organizacionais, de modo a construir ambientes de trabalho mais saudáveis e que respeitem a integridade psíquica e social do trabalhador.

Conclusão

A análise realizada permitiu compreender que a precarização do trabalho é um fenômeno estrutural que ultrapassa a dimensão econômica, atingindo profundamente a saúde mental dos trabalhadores. Observou-se que a insegurança laboral, a intensificação das exigências de produtividade e a fragilização dos vínculos empregatícios favorecem o surgimento de quadros como ansiedade, depressão e burnout, impactando não apenas o indivíduo, mas também os coletivos de trabalho e suas formas de resistência.

Constatou-se que o sofrimento psíquico decorrente dessas condições está associado a processos de silenciamento e alienação, configurando-se como violência estrutural que invisibiliza as experiências subjetivas do trabalhador. Nesse sentido, a psicanálise mostra-se um instrumento fundamental para compreender os mecanismos inconscientes e as defesas mobilizadas diante da precarização, possibilitando a elaboração de estratégias de enfrentamento e cuidado.

Conclui-se, portanto, que a saúde mental dos trabalhadores está intrinsecamente vinculada à qualidade das relações laborais e às condições de proteção social oferecidas. Garantir ambientes de trabalho mais saudáveis e equilibrados é uma necessidade urgente, tanto no âmbito das políticas públicas quanto das práticas organizacionais, a fim de preservar a integridade psíquica e social do trabalhador. Como reforça Silva (2008), a proteção da saúde mental deve ser compreendida como direito humano fundamental, condição indispensável para assegurar não apenas o exercício digno do trabalho, mas a própria qualidade de vida em sociedade.

Referências

ARAÚJO, M. R. M.; MORAIS, K. R. S. Precarização do trabalho e o processo de derrocada do trabalhador. *Cadernos de Psicologia Social do Trabalho*, São Paulo, v. 20, n. 1, p. 1-13, 2017. Disponível em: <https://revistas.usp.br/cpst/article/view/149091>. Acesso em: 05 ago. 2024.

COELHO, R. S. Trauma, angústia e desamparo: contribuições da psicanálise à saúde mental no trabalho. In: COELHO, R; MOTTA, D. A. (orgs.). *Psicanálise & Trabalho: retratos do contemporâneo*. Porto Alegre: Tribunal Regional do Trabalho da 4ª Região, 2020.

FRANCO, T; DRUCK, G; SELIGMANN-SILVA, E. As novas relações de trabalho, o desgaste mental do trabalhador e os transtornos mentais no trabalho precarizado. *Revista Brasileira de Saúde*

A Ciência do NANO e seu impacto transformador no MACRO

Ocupacional, São Paulo, v. 35, n. 122, p. 229–248, 2010. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0303-76572010000200006>.

FREUD, S. *O mal-estar na civilização*. In: FREUD, S. *O futuro de uma ilusão, o mal-estar na civilização e outros trabalhos*. 1930. Edição standard brasileira das Obras Psicológicas Completas de Sigmund Freud, v. XXI. Rio de Janeiro: Imago, 1976.

GAULEJAC, V. **Gestão como doença social: ideologia, poder gerencialista e fragmentação social**. São Paulo: Ideias e Letras, 2007.

LACAN, J. *O seminário, livro 17: O avesso da psicanálise* (1969-1970). Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1992.

_____. *O seminário, livro 20: mais, ainda* (1972-1973). Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1985.

MENEZES, L. S. *Um olhar psicanalítico sobre a precarização do trabalho: desamparo, pulsão de domínio e servidão*. 2010. Tese (Doutorado em Psicologia) – Universidade de São Paulo, São Paulo, 2010. Disponível em: https://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/47/47131/tde-19102010-120022/publico/menezes_do.pdf. Acesso em: 19 ago. 2024.

MINISTÉRIO DA FAZENDA (Brasil). *Adoecimento mental e trabalho: a concessão de benefícios por incapacidade relacionados a transtornos mentais e comportamentais entre 2012 e 2016*. Brasília, DF, 2017. Disponível em: <https://www.gov.br/previdencia/pt-br/assuntos/previdencia-social/publicacoes-previdencia/publicacoes-sobre-previdencia-na-saude-e-seguranca-do-trabalhador/arquivos/10-boletim-quadrimestral.pdf>. Acesso em: 02 ago. 2024.

PEREIRA, A. C. L. et al. Fatores de riscos psicossociais no trabalho: limitações para uma abordagem integral da saúde mental relacionada ao trabalho. *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*, São Paulo, v. 45, p. e18, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbso/a/Yj4VrBQcQ3tgQgHcnnGkC6F/?lang=pt>. Acesso em: 15 ago. 2024.

ROSA, M. D. Sofrimento sociopolítico, silenciamento e a clínica psicanalítica. *Psicologia: Ciência e Profissão*, Brasília, v. 42, p. e242179, 2022. DOI: <https://doi.org/10.1590/1982-3703003242179>.

SILVA, J. A. R. O. *A saúde do trabalhador como um direito humano*. São Paulo: LTr, 2008.

TOSTA, T. L. D. *Antigas e novas formas de precarização do trabalho: o avanço da flexibilização entre profissionais de alta escolaridade*. 2008. Tese (Doutorado em Sociologia) – Universidade de Brasília, Brasília, 2008. Disponível em: <https://repositorio.unb.br/handle/10482/6332>. Acesso em: 16 jul. 2024.