

ESTRESSE NA CONTEMPORANEIDADE E SEUS EFEITOS DE ACORDO COM A ÓTICA DO DIREITO DO TRABALHO

Autor (es): **Rafaelly Moreira Magalhães¹; Betânia Moreira de Moraes Guerra².**

¹Curso de Direito, CCSA, UVA; (rafaelly087moreira@gmail.com); ²Docente Betânia Moraes, CCSA, UVA. (betania_moraesuvanet).

Resumo: A pesquisa sobre o estresse na sociedade hodierna, incluindo os efeitos provocados pela vida profissional conturbada e também pelo excesso de produtividade, é analisada por meio de aspectos socioculturais e históricos que formam um povo, bem como o estudo da modernidade frente ao uso de tecnologias para ultrapassar as habilidades humanas, o que torna cada vez mais abusivas as exigências do mercado de trabalho. O método usado para a formação dessa pesquisa é o dialético e sua metodologia é teórica-bibliográfica e documental. Ademais, é notório destacar que a pressão no trabalho e as exigências de difícil alcance são duas das principais causas do estresse na contemporaneidade. Por isso, é essencial observar as condições laborais para evitar que essa problemática se alastre ainda mais e, assim, desvincular a noção de estresse crônico da vida profissional.

Palavras-chave: Sociedade Hodierna; Vida Profissional; Estresse Crônico; Condições Laborais.

INTRODUÇÃO E OBJETIVO(S)

O estresse não é considerado uma doença, mas uma resposta do organismo em situação de perigo ou ameaça. Tal definição não invalida sua capacidade nociva, pois, quando passamos por um cenário traumático ou exaustivo, por exemplo, o corpo desencadeia reações que ativam a produção de hormônios, os quais deixam o indivíduo em alerta e reativo, com isso é comum que aumente a hostilidade, além de poder ocasionar problemas como insônia e ansiedade. Na contemporaneidade, há muitas exigências que cobram o indivíduo de forma excessiva, por meio da produtividade extrema, da pressa incessante, da necessidade de perfeição e outros meios que tornam cada vez mais difícil alcançar o padrão de vida imposto socialmente. Nesse sentido, existem várias áreas da vida da pessoa que o estresse afeta, sendo uma delas o trabalho, pois é comum que haja uma cobrança por um trabalho bem feito, mas quando ele se torna exaustivo, sendo por carga horária ou por pressão psicológica, prejudica o rendimento do funcionário para além do campo trabalhista, por isso existe o direito do trabalho (Decreto- Lei n° 5.452, de 1° de maio de 1943), para tentar equilibrar as relações de trabalho e regulamentar as condições de trabalho, para que elas não sejam abusivas. Além disso, o presente estudo possui o objetivo de debater sobre a problemática do aumento do estresse na contemporaneidade, além de evidenciá-lo acerca do aspecto laboral.

MATERIAL E MÉTODOS



UNIVERSIDADE ESTADUAL
VALE DO ACARAÚ

Pró-Reitoria de Pesquisa e Pós-Graduação - PRPPG



CEARÁ
GOVERNO DO ESTADO
SECRETARIA DA CIÊNCIA, TECNOLOGIA
E EDUCAÇÃO SUPERIOR

O estudo apresentado é resultado de uma pesquisa de natureza básica, pois foi realizado com o intuito de evidenciar e expor a relação do estresse com as inovações da vida atual e como isso implica a questão profissional, uma vez que tanto o trabalho é afetado pelo estresse, como ele também pode ser o causador dessa condição. Ademais, o método usado é o dialético, pois objetiva a compreensão da necessidade de fiscalização das condições de trabalho para evitar a problemática em questão, além de buscar informar causas e efeitos de um direito do trabalho mal exercido. Ademais o estudo visa também fazer uma relação histórica com a variação da dinâmica do trabalho e como isso influenciou nas relações de trabalho atual. A metodologia utilizada foi a teórica- bibliográfica e documental, empregando aspectos da história de formação do país, além de mostrar sua relação com o sistema atual e como ele é analisado e incorporado pela população, usando-se estudos de artigos e dissertações já publicadas. Por fim, a abordagem aplicada foi a qualitativa.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

I – ESTRESSE: SUA DESCOBERTA E SUAS CAUSAS E EFEITOS

O estresse é avistado desde a pré-história, quando o homem já sofria com exaustão de trabalho, medo, fome, frio, calor e outros fatores, mas só começou a ser relacionado com esforço extremo e tensão constante no século XVIII e XIX, período da Revolução Industrial, que foi marcada pela mudança da maior parte da população do meio rural para o urbano para trabalhar nas fábricas, as quais não possuíam regulamento das relações de trabalho, facilitando a exploração. Nesse momento, ocorreram diversas modificações na sociedade, mas a pobreza, a falta de alimento e as péssimas condições de trabalho continuaram, com isso as lutas por melhorias iniciaram, assim como também as pesquisas sobre a saúde pública, incluindo acerca do estresse. As pesquisas desse período sobre o corpo humano e como fatores externos o influenciam são sintetizadas no ramo técnico, pois não havia um conhecimento amplo da mente humana e como ela também é afetada por esses fatores; não havia um conceito estabelecido sobre o estresse, a pesar de haver estudos que mostram que há possibilidade de equilíbrio do organismo mesmo com influência externa, como é o caso do estudo feito por Claude Bernard. O conceito propriamente dito de estresse foi descrito no século XX pelo T. R. Glynn, que fez seu estudo no Instituto Médico de Liverpool, que o relacionou com o processo traumático e a consequência do ocorrido. Esse estudo foi o passo inicial para a ampliação das pesquisas acerca das causas e efeitos do estresse, além de ser uma das bases do conhecimento atual sobre essa condição humana, a qual aumenta cada vez mais na sociedade, visto que as relações sociais estão cada vez mais entrelaçadas e conturbadas. Nesse sentido, foram observadas como causas do estresse os acidentes traumáticos, a morte ou a situação de emergência, também pode ser efeito de doença grave. Existe também o estresse relacionado à vida cotidiana, como trabalho, trânsito, relacionamentos e entre outros fomentos, sendo que com a evolução da sociedade, esse estresse se tornou cada vez mais frequente, posto que é comum o excesso de produtividade e a constante pressa para cumprir metas impostas. Desse modo, observa-se como os efeitos dessa condição o desenvolvimento de ansiedade, depressão, dependência, tensão frequente e entre outras consequências, as quais tornam cada vez mais difícil o desenvolvimento pessoal e profissional do indivíduo.



UNIVERSIDADE ESTADUAL
VALE DO ACARAÚ

Pró-Reitoria de Pesquisa e Pós-Graduação - PRPPG



CEARÁ
GOVERNO DO ESTADO
SECRETARIA DA CIÊNCIA, TECNOLOGIA
E EDUCAÇÃO SUPERIOR

II – DIREITO DO TRABALHO: COMO A SUA AUSÊNCIA É RELACIONADA COM O CONTEXTO SOCIAL HODIERNO

De início, é necessário compreender a história do direito do trabalho e como ele está presente na sociedade atual. O trabalho durante a fase pré-industrial é marcado pela desregulamentação das condições de trabalho e pela exploração, pois o trabalho escravo, por exemplo, no qual o indivíduo era tratado como objeto, é um dos marcadores mais forte desse período, além desse, havia também a servidão, na qual já havia um estatuto que estabelecia as relações de trabalho, mas não possibilitava mobilidade ao servo, pois esse ficava preso ao senhor por meio de dívidas devido as exigências propostas no estatuto, como o pagamento para usar os instrumentos do senhor. Já na fase industrial, nasceu o Direito do Trabalho com a Revolução Industrial, na Inglaterra, pois foi observada uma mudança do sistema socioeconômico, o qual aumentou a interferência do Estado nesse, com isso, iniciou-se o processo disciplinando as relações sociais, incluindo no trabalho. Dessa forma, o Direito do Trabalho foi construído em cima de casos de empregos abusivos, que possuíam carga horária extensa, eram perigosos para a saúde psicofísica, eram insalubres e entre outras ocorrências, sendo a primeira lei (Moral and Health) publicada na Inglaterra em 1802, a qual estabelecia a carga horária máxima do trabalho infantil de 12 horas e proibia o trabalho noturno, hoje em dia isso é inadmissível, mas para aquela época foi uma evolução, visto que o trabalho infantil era comum, mas excedia a jornada de trabalho para que a criança conseguisse sobreviver. Nessa perspectiva, evidencia-se a importância desse direito, visto que sem ele os proletariados não possuem uma condição de trabalho digna. No entanto, na sociedade moderna, muitos trabalhadores não possuem acesso a esses direitos, como os trabalhadores informais, o que dificulta cada vez mais garantir uma relação de trabalho justa. Devido a isso, é frequente a existência de empregos abusivos, que podem trazer danos para o trabalhador, como o estresse, que foi ampliado pela incorporação das tecnologias, pois essa permitiu que o trabalho fosse feito em casa, que é chamado de “home office”, e com isso a carga horária fica passível de variação, podendo ultrapassar a necessária e se tornar excessiva, atrapalhando a vida pessoal do indivíduo, além de provocar sintomas como ansiedade e tensão, os quais são características da condição de estresse. Portanto, ao observar a história do trabalho, fica evidente que ele sofreu várias mudanças e que o surgimento de direitos positivados tornaram as relações de trabalho mais justas, mas também vale ressaltar que ainda há vários tópicos a melhorar, como a fiscalização, visto que existem, por exemplo, relatos de trabalho análogo à escravidão, nos quais os direitos básicos não são respeitados, a exemplo do caso que ocorreu em São Paulo, Brasil, nesse ano(2023), no qual 32 pessoas foram resgatadas da cadeia de produção de cana-de-açúcar. Essa condição está presente no Código Penal, no seguinte artigo:

Art. 149. Reduzir alguém a condição análoga à de escravo, quer submetendo-o a trabalhos forçados ou a jornada exaustiva, quer sujeitando-o a condições degradantes de trabalho, quer restringindo, por qualquer meio, sua locomoção em razão de dívida contraída com o empregador ou preposto:

Pena - reclusão, de dois a oito anos, e multa, além da pena correspondente à violência.

§ 1º Nas mesmas penas incorre quem:

I – cerceia o uso de qualquer meio de transporte por parte do trabalhador, com o fim de retê-lo no local de trabalho;

II – mantém vigilância ostensiva no local de trabalho ou se apodera de documentos ou objetos pessoais do trabalhador, com o fim de retê-lo no local de trabalho.

§ 2º A pena é aumentada de metade, se o crime é cometido:

I – contra criança ou adolescente;

II – por motivo de preconceito de raça, cor, etnia, religião ou origem.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante do exposto, é possível concluir que a relação da correria cotidiana e da evolução do trabalho com o estresse é ocasionada pela necessidade de produção incessante para suprir as expectativas do sistema e apesar de todos os recursos atuais para tentar contornar a problemática dos trabalhos ilegais, que não tornam possível o acesso aos direitos trabalhistas, ainda existem empregos que excluem esses direitos, como trabalhos sem carteira assinada, a qual é posta no art. 13 que prevê a obrigação dessa carteira para o exercício de qualquer emprego, pois sem esse recurso o empregado fica sujeito a várias irregularidades, como jornada de trabalho muito exaustiva, sendo mais fácil o desenvolvimento de diversas condições fisiopsicológicas, sendo o estresse muito comum e junto dele é evidenciado diversos efeitos, isso é apresentado no posicionamento da psicóloga e especialista em atendimento clínico Marilene Kehdi sobre o estresse constante:

“A longo prazo, o impacto pode até reduzir o tamanho de algumas estruturas do cérebro e, também, atrapalhando o próprio processo do sistema imunológico” (CNN Brasil, 2021).

Dessa maneira, é evidente como o estresse está presente na atualidade e como ele se relaciona com o trabalho, além de visível como as consequências afetam todo o desenvolvimento do indivíduo e como o Direito do Trabalho é importante para evitar o crescimento dessa questão.

AGRADECIMENTOS

À professora Betânia Moreira de Moraes Guerra pela excelente orientação e à turma pela troca de conhecimento.

REFERÊNCIAS



UNIVERSIDADE ESTADUAL
VALE DO ACARAÚ

Pró-Reitoria de Pesquisa e Pós-Graduação - PRPPG



CEARÁ
GOVERNO DO ESTADO
SECRETARIA DA CIÊNCIA, TECNOLOGIA
E EDUCAÇÃO SUPERIOR

TRIBUNAL REGIONAL DO TRABALHO DA 4ª REGIÃO. Escola Judicial. **A história do Direito do Trabalho e a evolução do Direito do Trabalho no Brasil**. Porto Alegre, 21 nov. 2016. <https://www.trt4.jus.br/portais/escola/modulos/noticias/415206>. Acesso em 30 set. 2023.

Silva RM, Goulart CT, Guido LA. Evolução histórica do conceito de estresse. Rev. Cient. Sena Aires. 2018; 7(2): 148-56.

PAPINI, Júlio César Martins. **Estresse e trabalho**. 2000. 148f. Monografia (Curso de Especialização em Medicina do Trabalho) – Curso de Medicina, Faculdade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2000.

SECRETARIA DE ESTADO DE SAÚDE. Governo do Estado de Goiás. **Estresse**. Goiás. 21 nov. 2019. <https://www.saude.go.gov.br/biblioteca/7598-estresse>. Acesso em 30 set. 2023.

CNN BRASIL. **Entenda os sinais de alerta do estresse, que atinge 90% da população mundial**. São Paulo. 24 set. 2021. 12 set. 2023. <https://www.cnnbrasil.com.br/saude/entenda-os-sinais-de-alerta-do-estresse-que-atinge-90-da-populacao-mundial/>. Acesso em 30 de set. 2023.