

O CAPITALISMO SORRI E O SEU CORPO ADOECE: OS IMPACTOS PSICOSSOMÁTICOS DA EXIGÊNCIA DE ALTA PRODUTIVIDADE⁽¹⁾.

**Maria Clara Martins da Silva⁽²⁾; Érica Natália Fernandes Ferreira⁽³⁾; Kamila Matias Virginio⁽⁴⁾;
Hudson Walker Simão Carneiro⁽⁵⁾.**

⁽¹⁾ Trabalho desenvolvido no Programa de Iniciação Científica (PIC) no âmbito do projeto de pesquisa: Núcleo de Pesquisa em Políticas Públicas, Psicologia e Territorialidades (NUPSIT) da Faculdade Evolução Alto Oeste Potiguar - FACEP;

⁽²⁾ Discente do Curso de Psicologia; Faculdade Evolução Alto Oeste Potiguar - FACEP; Pau dos Ferros, Rio Grande do Norte; mariaclararn2021@gmail.com;

⁽³⁾ Discente do Curso de Psicologia; Faculdade Evolução Alto Oeste Potiguar - FACEP; Pau dos Ferros, Rio Grande do Norte; nataliaferreira9@outlook.com;

⁽⁴⁾ Colaboradora externa do NUPSIT; Mestra em Planejamento e Dinâmicas Territoriais no Semiárido (PLANDITES/UERN); Pau dos Ferros, Rio Grande do Norte; kamilamvarq@gmail.com;

⁽⁵⁾ Professor orientador e coordenador do NUPSIT; Docente do curso de Psicologia da FACEP; Mestre pelo PLANDITES/UERN; Faculdade Evolução Alto Oeste Potiguar – FACEP; Pau dos Ferros, Rio Grande do Norte; hudsonwalkerpsi@gmail.com.

PALAVRAS-CHAVE: Precarização do trabalho; Saúde mental; Sociedade capitalista.

INTRODUÇÃO

Diante das transformações dinâmicas na esfera organizacional, observa-se, frequentemente, um foco voltado para os resultados econômicos que negligenciam os limites psíquicos, físicos e sociais dos trabalhadores. Nesse contexto, tais implicações são descredibilizadas desde a consolidação e a difusão do sistema capitalista no espaço produtivo (Gois, 2025). Assim, para compreender essa dinâmica, torna-se fundamental refletir sobre a própria concepção teórica de “trabalho”.

Originalmente, a palavra trabalho era frequentemente associada ao *tripalium*, um instrumento de tortura, remetendo à dor, ao esforço físico e à coerção. Apesar dessa explicação, não há como negar outro fato: mesmo não sendo desejável, o trabalho ainda se apresenta como um elemento intrínseco à natureza humana. Desse modo, a presença de demandas sempre existiu desde a Antiguidade, manifestando-se, contudo, em caráter de necessidade. Entretanto, o trabalho revela-se em um novo formato no sistema capitalista; ainda apresenta necessidades, mas estas são delegadas por uma minoria dominante que controla não apenas os meios de produção, mas também o conhecimento daquilo que é produzido (Pinto, 2007).

Segundo a perspectiva de Pinto (2007), a manifestação do trabalho sob uma lógica produtivista incorpora uma nova faceta: a acumulação de capital. Nesse cenário, ainda nas primeiras revoluções industriais, os contextos vivenciados pelos operários eram insalubres, com jornadas que excediam quatorze horas diárias e a presença de crianças no ambiente fabril. Somam-se a esse cenário, registros de mortes, acidentes e outros agravantes que marcaram o contexto da ascensão do liberalismo econômico. Para além desse período, a realidade do

sistema de trabalho, século XXI, reiteram essa lógica voltada para metas agressivas, jornadas extensas, o que perpetua a negligência quanto à saúde mental, física e social do trabalhador (Gois, 2025).

Dando seguimento a essa evolução histórica, a subjetividade e as necessidades dos operários permanecem sendo terceirizados, por meio de uma lógica que se expressa na expropriação do saber, na alienação e na substituição (Pinto, 2007). Assim, os investimentos em melhores condições de trabalho são vistos com resistência por aqueles que controlam os meios de produção, enquanto as intensificações do contexto contemporâneo não apenas inviabilizam uma melhor qualidade de vida, como também ampliam a incidência de transtornos mentais no cotidiano do trabalhador.

A partir desse cenário, estabelece-se como pergunta-problema: de que maneira a demanda por alto desempenho influencia o surgimento de patologias psicossomáticas nos sujeitos submetidos a esses contextos? Para responder a esse questionamento, a presente pesquisa objetiva analisar os impactos decorrentes da cobrança por alto rendimento, com ênfase nos aspectos psicossomáticos. O estudo justifica-se pela crescente prevalência de transtornos mentais e manifestações físicas em ambientes competitivos, o que demanda uma compreensão profunda sobre como a pressão externa compromete a integridade biopsicossocial do indivíduo.

PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

O presente estudo caracteriza-se como uma pesquisa bibliográfica, tomando como base a análise de produções teóricas publicadas sobre a temática investigada, de abordagem qualitativa e caráter exploratório que, de acordo com Prodanov e Freitas (2013), visa proporcionar maior compreensão sobre o tema, por meio de um planejamento flexível que permite expandir a pesquisa sob diversos ângulos e aspectos.

Utilizaram-se descritores como “precarização do trabalho”, “saúde mental” e “sociedade capitalista” nas seguintes bases de dados: repositório institucional da UFAL e Scientific Electronic Library Online (SciELO), com o objetivo de encontrar estudos relevantes para o tema em questão. Foram selecionados 5 materiais, entre esses livros, artigos e uma monografia, publicados nos últimos 5 anos, que auxiliaram na busca por compreender e problematizar as relações entre a lógica capitalista de alta produtividade e o adoecimento psicossomático.

Nessa perspectiva, as evidências levantadas pela literatura convergem para a compreensão do adoecimento psíquico como um reflexo das estruturas laborais. Alves (2023),

analisa como o adoecimento mental está diretamente relacionado às condições de trabalho. Gois (2025) discute como a precarização não afeta apenas o trabalho, mas invade a vida, a mente e a identidade do sujeito. Han (2015) explica que o indivíduo se cobra constantemente para produzir mais, tentando dar conta de uma lógica infinita de produtividade. Pinto (2007) contribui com uma breve contextualização da estruturação do capitalismo, dos meios de produção e de como estes afetam a saúde mental do trabalhador. Por último, Silva e Lemos (2025) investigam como o discurso sobre estresse na sociedade atual acaba por naturalizar a exploração do trabalho, legitimando a lógica capitalista.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A partir da análise dos materiais selecionados, observou-se uma convergência teórica ao evidenciar que ritmos intensos, pressão e a precarização do trabalho contribuem diretamente para o sofrimento psíquico. Alves (2023) aponta que, desde a Revolução Industrial, o trabalho passa a ser marcado pela exploração, jornadas exaustivas e condições insalubres, colaborando para a retirada de autonomia do trabalhador e colocando-o em uma posição de subordinação ao capital.

Sob essa ótica, a implementação de modelos de produção como o taylorismo e o fordismo contribuíram para a intensificação do controle, da repetição e da fragmentação do trabalho, resultando em um desgaste físico e mental ainda maior do trabalhador (Alves, 2023). No cenário contemporâneo, a análise dos dados aponta para um aprofundamento da exploração da esfera trabalhista, que transcende os antigos modelos de gestão de tempo e produção. Segundo Gois (2025), constata-se a consolidação de uma lógica que não mobiliza apenas a força física, mas também promove a captura da dimensão intelectual e afetiva do trabalhador. Nesse sentido, a precarização do trabalho não se restringe às condições materiais imediatas, mas articula mecanismos que levam o sujeito a desvincular-se de si mesmo, fragmentando sua subjetividade diante dos processos de alienação e exploração vivenciados na realidade capitalista.

A partir disso, compreende-se que o adoecimento mental resultante das condições de trabalho não surge do nada, mas decorre das mudanças no mundo do trabalho, principalmente com o avanço do neoliberalismo, que visa à valorização do mercado e da produtividade, pois coloca no indivíduo a responsabilidade pelo sucesso ou fracasso das atividades como também dos produtos gerados, instaurando assim uma lógica de “se você não conseguiu, a culpa é sua” (Alves, 2023).

Nesse panorama, observa-se uma redução dos direitos trabalhistas na hegemonia do capital, caracterizado pelo aumento da informalidade, instabilidade no emprego, intensificação das jornadas de trabalho e, ainda, uma elevada exigência de produtividade. Em termos práticos, o trabalho torna-se menos seguro e, ao mesmo tempo, mais exigente para o sujeito laboral (Alves, 2023). Tais condições fomentam uma pressão constante, medo do desemprego e a necessidade de se provar continuamente, resultando em estresse, esgotamento e, conseqüentemente, adoecimento psicossomático.

Alinhado a isso, essa dinâmica, produzida pelas condições estruturais do capitalismo, também estimula uma sociedade baseada no desempenho. Conforme aponta Han (2015), trata-se de uma sociedade focada em produtividade, iniciativa e auto exigência, em que a problemática da repressão se desloca para o excesso de estímulos e de eficiência, gerando uma nova forma de violência: a violência da positividade. Desse modo, o indivíduo é colocado em um lugar de responsabilidade pelo próprio sucesso e fracasso, não sendo explorado apenas por outro, mas também por si mesmo. Logo, a ideia de liberdade, “você pode tudo”, transforma-se em uma forma de controle, na qual o sujeito tende a acreditar que é livre, mas está preso à lógica de produzir sempre mais.

A sociedade atual elimina o descanso, o tédio produtivo e a contemplação, e o excesso de atividade e cobrança leva a uma vida esgotada e sem profundidade. Entretanto, Han (2015, p.16) também pontua que “o que torna doente, na realidade, não é o excesso de responsabilidade e iniciativa, mas o imperativo do desempenho como um novo mandato da sociedade pós-moderna do trabalho”. Ou seja, o problema não está apenas em ter responsabilidades ou tomar iniciativa, mas na obrigação constante de performar e produzir continuamente.

No ambiente de trabalho, com um controle gerido por meio de metas, trabalho coletivo e avaliações por desempenho, esse processo mascara a exploração e enfraquece a consciência de classe. Nesse cenário, o trabalhador passa a se autocontrolar e a vigiar também os outros, sendo vulnerabilizado tanto por pressões externas quanto internas. Esse atravessamento compromete a saúde física e mental, culminando em quadros de depressão, ansiedade, síndrome de burnout e, em casos extremos, *karoshi* (morte por excesso de trabalho) e suicídios (Gois, 2025).

Com isso, Silva e Lemos (2025) enfatizam como o trabalho passa a ocupar o tempo, a vida e a identidade do sujeito e que, na pós-modernidade, “existir” está ligado a produzir e consumir. Nesse sentido, o sujeito trabalha para consumir e consome para se sentir existente. Logo, o sentido atribuído inicialmente ao trabalho, em caráter de necessidade, ganha outro significado: quem não consome sente-se excluído socialmente. Na sociedade capitalista,

consumir não é apenas adquirir bens, mas pertencer e ser reconhecido; quem não participa disso permanece à margem.

Desse modo, as consequências psicológicas manifestam-se por meio da baixa autoestima, sensação de fracasso e sofrimento psíquico. Por meio desse culto à performance, há a legitimação da captura do tempo de vida para produção e consumo. O estresse, discutido por Silva e Lemos (2025), passa a ser visto como sinal de esforço e indicador de funcionamento máximo. A precarização do trabalho torna-se, assim, naturalizada, e o sujeito passa a se vigiar, se cobrar e se explorar, como proposto por Han (2015), transformando esses aspectos em critérios de existência.

Dessa forma, o adoecimento deixa de ser problematizado estruturalmente e passa a ser interpretado como uma fragilidade individual: “se trabalha para consumir, e quem não alcança esse status afasta-se da própria condição de existência na pós-modernidade, um pária em adoecimento” (Silva; Lemos, 2023, p. 12). Nessa perspectiva, aqueles que não conseguem acessar esse padrão tendem a se perceber deslocados ou excluídos, demonstrando que a impossibilidade de consumir ultrapassa a dimensão econômica e atinge a subjetividade do sujeito. Assim, os impactos psicossomáticos surgem como expressão desse processo, revelando que o corpo passa a expressar aquilo que não encontra espaço para elaboração no campo subjetivo.

Gois (2025) e Alves (2023) convergem acerca do sofrimento, o sofrimento psíquico manifesta-se no corpo por meio de sintomas como fadiga crônica, distúrbios do sono, dores musculares, cefaleias e alterações gastrointestinais, tornando evidente a relação entre mente e corpo como resposta às exigências do modelo produtivo contemporâneo. Além disso, a pressão por desempenho e a precarização do trabalho contribuem para estados de estresse contínuo, que podem desencadear ansiedade, depressão e esgotamento emocional. Portanto, evidencia-se que o adoecimento psicossomático não pode ser compreendido de forma isolada, mas como resultado de uma estrutura social que prioriza a alta produtividade em detrimento do bem-estar físico e mental do trabalhador, sendo efeito de uma cultura do desempenho e do consumo.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A presente pesquisa evidenciou que o fenômeno do alto rendimento no ambiente trabalhista e seus impactos quanto à saúde mental do trabalhador não podem ser observados apenas por uma única ótica, mas como resultado de processos históricos, sociais e, principalmente, do aprofundamento do sistema capitalista e de sua lógica de produtividade.

Embora o caráter introdutório deste estudo, limitado pela brevidade do recorte bibliográfico, não pretenda esgotar a complexidade do tema, os achados indicam que as transições entre os modelos de produção, culminando no neoliberalismo, aprofundam a precarização do trabalho e, sob essa hegemonia capitalista, a subjetividade torna-se fragmentada em decorrência de uma série de processos que condicionam o sujeito ao adoecimento físico e psíquico.

A análise também demonstrou que a exigência de eficiência transfere ao sujeito a responsabilidade integral pelos resultados, convertendo o esgotamento e patologias como o *burnout* em supostas fragilidades individuais ou insuficiências pessoais, camuflando as profundas raízes relacionadas às prioridades do sistema vigente, que ainda permanece sendo o acúmulo de capital a qualquer custo e sob quaisquer corpos. O estudo reafirma, portanto, que o sofrimento psíquico é uma resposta somática à lógica do desempenho, reforçando a urgência de problematizar a cultura do consumo e a exploração da subjetividade como critérios de existência na pós-modernidade revelando a necessidade de investigações futuras que contemplem as especificidades de diferentes categorias profissionais.

REFERÊNCIAS

ALVES, D. S. **Trabalho e adoecimento mental: coexistência incontrolável na sociedade capitalista**. 2023. 79 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Serviço Social) - Universidade Federal em Alagoas, Maceió, 2023. Disponível em: <http://www.repositorio.ufal.br/jspui/handle/123456789/13298>. Acesso em: 18 abr. 2026.

GOIS, J. C. S. A precarização das condições de trabalho e os impactos na subjetividade do trabalhador. **Revista Filosofia Capital**, [S. l.], v. 21, n. 27, p. 01-19. 2025. Disponível em: <https://doi.org/10.51497/rfc.v21n27-023>. Acesso em: 18 abr. 2026.

HAN, B. C. **Sociedade do Cansaço**. Petrópolis: Editora Vozes, 2015.

PINTO, G. A. **A organização do trabalho no século 20: Taylorismo, Fordismo e Toyotismo**. São Paulo: Expressão Popular, 2007.

PRODANOV, C. C.; FREITAS, E. C. **Metodologia do Trabalho Científico: métodos e técnicas da pesquisa e do trabalho acadêmico**. 2. ed. Novo Hamburgo: Universidade Feevale, 2013.

SILVA, J. P. N.; LEMOS, F. C. S. Análise do discurso do estresse na pós-modernidade: a precariedade do trabalho, culto a performance, produção e consumo. **SciELO Preprints**, São Paulo, versão 1, p. 1-25. 2025. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/SciELOPreprints.13098>. Acesso em: 18 abr. 2026.