SÍNDROME DE BURNOUT E PRECARIZAÇÃO DO TRABALHO NA CONTEMPORANEIDADE

Diogo Soares Menezes Samia[1]
Dayane Pereira Araújo Pina[2]
Pillar Gomes Fraga Guimarães[3]
Delaine de Sousa Silva Álvares[4]

RESUMO

A Síndrome de Burnout caracteriza-se por um estado de exaustão física, emocional e mental decorrente de contextos laborais cronicamente desgastantes. Na contemporaneidade, esse fenômeno vincula-se intrinsecamente à precarização do trabalho, manifestada por jornadas exaustivas, instabilidade contratual e pressão predatória por produtividade. O objetivo deste projeto de iniciação científica foi analisar a relação entre o adoecimento psíquico e as novas configurações deste denominado “capitalismo flexível”. A metodologia baseou-se em uma revisão da literatura sobre a Síndrome de Burnout, cujos resultados foram apresentados em um seminário para acadêmicos do 3º período de Psicologia da UNIVERSO. Os resultados da exposição teórica evidenciaram que a desarticulação de garantias trabalhistas e a exigência de alta performance constante atuam como vetores para a despersonalização e o sentimento de baixa realização pessoal. Após a exposição dos resultados da pesquisa bibliográfica, a atividade promoveu um espaço de diálogo onde houve o compartilhamento de histórias pessoais sobre estresse e colapso, revelando a urgência do tema na realidade acadêmica e profissional. As considerações finais apontam que a Síndrome de Burnout não deve ser reduzida a uma falha individual de resiliência, mas compreendida como reflexo de estruturas organizacionais inerentemente adoecedoras. Conclui-se que a Psicologia exerce um papel fundamental na denúncia da precarização do trabalho e na proposição de intervenções que priorizem a saúde mental dos trabalhadores. O debate em sala de aula consolidou-se como um passo essencial para a formação de profissionais críticos, capazes de identificar as psicopatologias laborais e atuar na promoção de ambientes de trabalho mais dignos e humanizados.

Palavras-chave: Burnout; Esgotamento profissional; Precarização; Psicologia; Saúde mental.

[1] Discente do Curso de Psicologia pelo Centro Universitário UNIVERSO Goiânia.
[2] Discente do Curso de Psicologia pelo Centro Universitário UNIVERSO Goiânia.
[3] Discente do Curso de Psicologia pelo Centro Universitário UNIVERSO Goiânia.
[4] Docente do Curso de Psicologia do Centro Universitário UNIVERSO Goiânia.
Doutora em Direito Público pela Universidade Estácio de Sá (2021).