



MATHEUS MORAES PRANDI

**SINDROME DE BURNOUT:**  
CONDIÇÕES LABORAIS E AS IMPLICAÇÕES SOBRE O  
TRABALHADOR

MATHEUS MORAES PRANDI

**SINDROM DE BURNOUT:**  
CONDIÇÕES LABORAIS E AS IMPLICAÇÕES SOBRE O  
TRABALHADOR

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado como requisito parcial à obtenção do grau de Bacharel em Direito, ao Curso de Direito, da Faculdade do Norte Novo de Apucarana – FACNOPAR.

Prof. Dr. Evandro Ibanez Dicatti

Apucarana  
2021

MATHEUS MORAES PRANDI

**SINDROME DE BURNOUT:**  
CONDIÇÕES LABORAIS E AS IMPLICAÇÕES SOBRE O  
TRABALHADOR

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado como requisito parcial à obtenção do grau de Bacharel em Direito, ao Curso de Direito, da Faculdade do Norte Novo de Apucarana – FACNOPAR.

**BANCA EXAMINADORA**

---

Prof. Orientador  
Faculdade do Norte Novo de Apucarana

---

Prof. Componente da Banca  
Faculdade do Norte Novo de Apucarana

---

Prof. Componente da Banca  
Faculdade do Norte Novo de Apucarana

Apucarana, XX de Xxxxx de 2021.

## **SINDROME DE BURNOUT: CONDIÇÕES LABORAIS E AS IMPLICAÇÕES SOBRE O TRABALHADOR**

Matheus Moraes Prandi <sup>1</sup>

**SUMÁRIO: 1 INTRODUÇÃO; 2 SURGIMENTO DA SÍNDROME DE BURNOUT; 2.1 HISTÓRICO DA SÍNDROME DE BURNOUT; 2.2 CONCEITOS DA SÍNDROME DE BURNOUT; 2.3 RELAÇÃO DA SÍNDROME DE BURNOUT COM AS NOVAS TÉCNICAS DE TRABALHO; 3 CAUSAS E EFEITOS DA SÍNDROME DE BURNOUT; 3.1 FATORES QUE OCASIONAM A SÍNDROME DE BURNOUT; 3.2 EFEITOS GERADOS PELA SÍNDROME DE BURNOUT; 3.3 A MODERNIDADE COMO FATOR DE DESENVOLVIMENTO DA SÍNDROME; 4 EFEITOS JURÍDICOS DA SÍNDROME DE BURNOUT; 4.1 SÍNDROME DE BURNOUT COMO DOENÇA DO TRABALHO; 4.2 RESPONSABILIDADE CIVIL FRENTE A ACIDENTE DE TRABALHO 5 CONCLUSÃO. REFERÊNCIAS.**

**RESUMO:** A Síndrome de Burnout, é uma patologia que tem como principal característica o esgotamento físico e mental do trabalhador, ocasionado pelo alto nível de estresse. Fatores como, ambiente insalubre, sobrecarga de serviços, excesso de pressão e estresse são os principais fatores que ocasionam tal doença nos trabalhadores. O tema a ser abordado é Síndrome de Burnout: condições laborais e as implicações sobre o trabalhador, através do referido tema, tem-se como problema de pesquisa identificar de que modo o esgotamento físico e mental pode estar atrelado a sua vida profissional e quais as consequências jurídicas na vida do trabalhador? Para responder a tal problema de pesquisa, o trabalho conta com objetivo geral, discorrer acerca do desenvolvimento da patologia do ambiente de trabalho e a responsabilidade civil do empregador. Conta também com os objetivos específicos apresentar os conceitos e definições da síndrome de burnout, apresentar as causas e efeitos da síndrome; e por fim, identificar a síndrome como acidente de trabalho. Após o estudo, pode-se concluir que o trabalho conseguiu atingir os objetivos apresentando as definições e os aparatos legais referente a síndrome de Burnout.

**ABSTRACT:** Burnout Syndrome is a pathology whose main characteristic is the worker's physical and mental exhaustion, caused by the high level of stress. Factors such as an unhealthy environment, overload of services, excess pressure and stress are the main factors that cause such illness in workers. The topic to be addressed is Burnout Syndrome: working conditions and the implications for the worker, through this theme, the research problem is to identify how physical and mental exhaustion can be linked to their professional life and what are the legal consequences in the worker's life? To answer this research problem, the work has a general objective, to discuss the development of the pathology of the work environment and the civil responsibility of the employer. It also has the specific objectives of presenting the concepts and definitions of the burnout syndrome, presenting the causes and effects of the syndrome; and finally, identify the syndrome as a work accident. After the study, it can

---

<sup>1</sup> Acadêmico ou Bacharelado do Curso de Direito da Faculdade do Norte Novo de Apucarana – FACNOPAR. Turma do ano de 2021

be concluded that the work was able to achieve the objectives by presenting the definitions and legal apparatus regarding the Burnout syndrome.

## 1 INTRODUÇÃO

A Síndrome de Burnout, é uma doença patológica que atinge as mais diversas pessoas que são expostas a excessivos níveis de stress do trabalho. Tal doença, é identificada atualmente como um problema social, que vem atingindo cada vez mais trabalhadores. Essa elevação dos casos da síndrome, podem ser associados pelas mudanças tecnológicas e o aumento excessivo das cargas de trabalho.

De modo que os casos da Síndrome de Burnout, estão cada vez mais frequentes, surge o seguinte problema de pesquisa, de que forma o esgotamento físico e mental do trabalhador, pode estar atrelado a sua vida profissional e quais as consequências jurídicas na vida do trabalhador?

A importância deste trabalho, está em apresentar como ocorre a síndrome de Burnout, quais os fatores que influenciam para seu agravamento, e quais as medidas jurídicas para tal patologia. Além de possui importância para o meio acadêmico e para a sociedade, pois essa doença está se tornando cada vez mais comum na sociedade, atingindo não apenas adultos, mas também crianças e adolescentes.

O trabalho trata-se de uma revisão bibliográfica, que buscará através de livros, sites, artigos e trabalhos acadêmicos que abordem o assunto, apresentar de forma simples e objetiva quais as definições, e consequências dessa doença para os trabalhadores, empregadores e sociedade. Será utilizados trabalhos desde os anos 70, como forma de realizar uma abordagem mais ampla sobre o assunto.

O trabalho será dividido em três capítulos, sendo o primeiro uma abordagem histórica sobre o surgimento e os conceitos da síndrome de Burnout. No segundo capítulo, será apresentada como ocorre o seguimento da síndrome, quais os principais sintomas e efeitos que a mesma tem sobre o trabalhador e a sociedade. Por fim o terceiro capítulo irá apresentar a síndrome de burnout como acidente de trabalho, seus riscos para os trabalhadores e para as organizações.

## 2 SURGIMENTO DA SÍNDROME DE BURNOUT

A síndrome de Burnout é uma patologia que é reconhecida pelo esgotamento físico e mental do colaborador dentro da organização. Para compreender melhor sobre tal patologia se faz necessário compreender o seu surgimento e suas definições.

### 2.1 HISTÓRICO DA SÍNDROME DE BURNOUT

Os primeiros estudos sobre a Síndrome de Burnout começaram a ser estudados pelo psicanalista alemão Hebert J. Freudenberger na década de 70. Neste período passou a atuar em clínicas de atendimento gratuitas, onde tratava principalmente de abusadores de substâncias. Seu conceito clínico para a Síndrome, foi desenvolvido a partir dos trabalhos realizados nas clínicas, e também ao trabalho realizado em comunidades terapêuticas (MASLACH, 2001).

Freudenberger, passou a perceber em seus pacientes um processo gradual de esgotamento emocional, desgaste no humor e a diminuição da motivação nos trabalhadores voluntários com os quais trabalhava, associando o quadro de esgotamento e apatia apresentado por médicos, psicólogos e enfermeiros, que se sacrificavam pelos pacientes em atendimento. Esses profissionais, obtinham pouco reconhecimento por seus esforços, acabando por prejudicar a própria saúde durante o processo de atendimento (ALVES, 2017).

Porém foi apenas no ano de 1974, que a Síndrome de Burnout foi denominada pela primeira vez por Freudenberger. O nome é originado do verbo em inglês *to burn out*, que significa queimar-se por completo, consumir-se. O termo surgiu como forma de explicar o processo de deterioração nos cuidados e atenção profissional nos trabalhadores. Ao longo do tempo, tal síndrome tem sido reconhecida como uma resposta ao estresse laboral crônico, integrado por atitudes e sentimentos negativos (NUNES, 2008).

Um dos primeiros estudos científicos sobre a síndrome, são apresentados pelo psicólogo Hebert J. Freudenberger, para o qual em seu artigo *Staff Burn-Out*, com data de 1974, ele relata a síndrome como sendo um incêndio interno decorrente de um desgaste emocional de recursos que afetam de forma direta e negativamente a relação do indivíduo com o trabalho (FRANCO, *et al*, 2019).

Complementando Bezerra e Beresin definem,

*Burnout* é uma experiência interna que gera sentimentos e atitudes negativas no indivíduo em relação ao seu trabalho, como insatisfação, desgaste e perda do comprometimento, interferindo em seu desempenho profissional, trazendo consequências indesejáveis para o cliente e para a organização (absenteísmo, abandono do emprego e baixa produtividade). A síndrome de Burnout manifesta-se a partir de sintomas específicos e pode ser concebida por três fatores: exaustão emocional (EE), despersonalização (DE) e sentimentos de reduzida realização (BEZERRA; BERESIN, 2009, p.352).

Ou seja, neste sentido, pode-se dizer que o trabalhador diagnosticado com tal síndrome, possui um menor interesse em práticas consideradas inovadoras pelas organizações, e apresenta um desgaste físico e psicológico quando exigido emprego de maior criatividade e comprometimento com o trabalho.

Carlotto e Câmara apresentam em seu estudo sobre a Síndrome de Burnout que as,

Primeiras pesquisas são resultadas de estudos sobre as emoções e as formas de lidar com elas. Foram desenvolvidas com profissionais que, pela natureza de seu trabalho, necessitavam em manter contato direto, frequente e emocional com sua clientela, como os trabalhadores da área da saúde, serviços sociais e educação. Verifica-se nessas profissões grande estresse emocional e sintomas físicos. Os estudos iniciais foram realizados a partir de experiência pessoais de alguns autores, estudos de casos, observações, estudos exploratórios, entrevistas ou narrativas baseadas em programas e populações específicas [...] foi somente a partir de 1976 que os estudos adquiriram um caráter científico, período no qual foram construídos modelos teóricos e instrumentos capazes de registrar e compreender este sentimento crônico de desânimo, apatia e despersonalização (CARLOTTO; CÂMARA, 2008, p. 153)

Trigo *et al* (2007) complementa o pensamento de Nunes dizendo que o termo *Burnout* é derivado de uma gíria da língua inglesa, que significa aquilo que deixou de funcionar por absoluta falta de energia, ou seja, em relação a Síndrome de Burnout, o termo está caracterizado quando uma pessoa chegou ao seu limite e se sente esgotada. Porém, há uma ligação nessa síndrome que a desvincula da depressão, do estresse rotineiro e da ansiedade. Para que o estresse seja considerada Síndrome de Burnout, todo esgotamento físico, mental e emocional, tem que ser relacionada ao trabalho.

Apesar de Freudenberg ter sido o primeiro a utilizar o termo *Burnout*, mas foi a pesquisadora Christina Maslach, que ficou famosa por estudar a síndrome mais profundamente, sendo conhecida como uma das pesquisadoras pioneiras sobre o assunto (FERREIRA, 1986).

Já no Brasil, a Síndrome de Burnout foi oficialmente adicionada às doenças relacionadas à saúde do trabalhador através do decreto nº 3.048 de 6 de maio de 1999. Em seu anexo segundo, o decreto apresenta na subdivisão Transtornos Mentais e do comportamento relacionados com o trabalho, como sensação de estar acabado, tendo como fatores de risco de natureza ocupacional, ritmo de trabalho penoso e outras dificuldades físicas e mentais relacionadas ao trabalho (BRASIL, 1999).

## 2.2 CONCEITOS E DEFINIÇÕES DA SÍNDROME DE BURNOUT

A expressão Síndrome de Burnout foi definida como um estado de esgotamento físico e mental cuja causa está intimamente relacionada à vida profissional. A expressão foi criada para descrever uma síndrome que é composta por exaustão, desilusão e isolamento em trabalhadores, onde os sentimentos de fracasso e exaustão são causados devido a um excessivo desgaste de energia e de recursos (FREUDENBERGER, 1974).

A Síndrome de Burnout, é um processo iniciado com excessivos e prolongados níveis de estresse e tensão no trabalho. Para o diagnóstico, é possível encontrar quatro concepções baseadas na possível etiologia da síndrome, sendo, clínica, sociopsicológica, organizacional e sociohistórica (MUROFUSE *et al*, 2005).

Para Cherniss (1980), a concepção mais utilizada nos estudos atuais é a concepção sociopsicológica. Nela, as características individuais estão ligadas às do ambiente e às do trabalho que propiciaram o aparecimento dos fatores multidimensionais da síndrome como: exaustão emocional, distanciamento afetivo, baixa realização profissional.

A Síndrome de Burnout, caracteriza-se como um conjunto de sintomas que denotam o esgotamento do trabalhador, manifestado pela falta de energia física e mental (exaustão emocional), perda de interesse pelo trabalho (despersonalização) e sentimentos de autodesvalorização (reduzida realização profissional). As consequências da síndrome são prejudicial tanto ao indivíduo quanto a empresa, pois devido ao declínio na saúde biopsicossocial, ocorrem absenteísmos, insatisfação laboral e a aposentadoria precoce (VIDOTTI *et al*, 2019).

Shirom *et al*, definem o termo *Burnout* como um estado afetivo singular caracterizado pela sensação de perda de energia física, mental e cognitiva, que ocorre como relação ao estresse crônico. Entretanto, os autores não mencionam diretamente o contexto laboral em sua definição, apesar de na prática ser considerada como uma



condição relacionada ao trabalho. Os autores ainda apresentam três dimensões sobre a síndrome, a Fadiga Física, que é a sensação de cansaço e baixa energia na execução de tarefas diárias, como ir ao trabalho; Exaustão Emocional, que é a sensação de estar fraco demais para ter empatia com clientes e companheiros de trabalho, além de não ter energia necessária para relacionamentos interpessoais; e Desgaste Cognitivo, que está relacionado a sensação de raciocínio lento e baixa agilidade da depleção energética. (SHIROM *et al*, 2005)

Franca e Rodrigues, através dos pensamentos de Maslach e Leiter, apresentam os três aspectos básicos sobre a síndrome de Burnout como,

- Exaustão Emocional: é o fator central do esgotamento, e caracteriza-se pelo sentimento de desgaste emocional e falta de energia. "O profissional sente-se esgotado, com pouca energia. Esse estado costuma deixar os profissionais, com baixa tolerância e facilmente irritáveis, no ambiente de trabalho e fora dele, com familiares e amigos. O profissional torna-se insensível, apresentando muitas vezes um comportamento rígido com rotinas inflexíveis, como uma forma de manter-se distante de qualquer envolvimento com clientes, alunos e colegas".

- Despersonalização (ceticismo): o afastamento psicológico surge como estratégia defensiva. O profissional apresenta ansiedade, aumento da irritabilidade, perda de motivação, redução do idealismo e conduta voltada para si mesmo, passando a tratar os clientes, colegas e a organização como objetos, podendo demonstrar insensibilidade emocional. "O profissional assume atitude desumanizada deixa de perceber os outros como pessoas semelhantes a ele, com sentimentos e pensamentos [...] o profissional perde a capacidade de empatia com as pessoas que o procuram em busca de ajuda e as trata não como seres humanos, mas como coisas, objetos".

- Reduzida realização pessoal (decepção): tendência do trabalhador a autoavaliar-se de forma negativa, sentir-se feliz e insatisfeito com seu desenvolvimento profissional; surge um sentimento de incompetência e inadequação. Como consequência pode surgir queda da autoestima, levando muitas vezes a depressão (FRANCA; RODRIGUES, 2005, p. 51).

Essas dimensões possuem uma relação com o nível de exaustão em que o trabalhador se encontra, ocorrendo em reação às exigências do meio ambiente, levando ao ceticismo que por sua vez diminui sua eficácia laboral.

### 2.3 RELAÇÃO DA SÍNDROME DE BURNOUT COM AS NOVAS TÉCNICAS DE TRABALHO

A síndrome de Burnout vem sendo considerada um problema de ordem social e de grande importância, uma vez que seus custos organizacionais vêm aumentando com o aumento dos casos de trabalhadores afetados.

Alguns desses custos devem-se a rotatividade de pessoal, absenteísmo, problemas de produtividade e qualidade e também por associar-se a vários tipos de disfunções pessoais como o surgimento de graves problemas psicológicos e físicos podendo levar o trabalhador a incapacidade total para o trabalho (CARLOTTO; CÂMARA, 2008, p. 154).

O ambiente de trabalho possui importante papel para a preservação da saúde mental do colaborador. É possível de se verificar, nos diversos ramos do trabalho, a insurgência da Síndrome de Burnout, pela junção de fatores internos e externos, capazes de criar um ambiente de trabalho patogênico extremamente gravoso a saúde laboral do trabalhador.

Murofuse *et al* (2005) demonstram que a síndrome de burnout é um processo iniciado com excessivos e prolongados níveis de estresse e tensão no trabalho, sendo que, para o diagnóstico, existem quatro concepções teóricas da síndrome, clínica, sociopsicológica, organizacional e sócio-histórica. Entretanto, Cherniss (1980), diz que a mais utilizada nos estudos modernos é a concepção sociopsicológica, pois através dela as características individuais associadas às do ambiente e às do trabalho podem propiciar o aparecimento de fatores multidimensionais da síndrome, exaustão emocional, distanciamento afetivo e baixa realização profissional.

Trigo *et al* (2007) ao aprofundarem seus estudos sobre o tema, identificaram alguns fatores organizacionais que podem favorecer o aparecimento da síndrome de burnout. Podem ser destacados, as mudanças frequentes de estruturas e normas da organização, que gera ao trabalhador um ambiente de insegurança e predispondo o trabalhador ao erro; a falta de confiança, respeito e consideração entre os membros da equipe de trabalho, gerando um clima organizacional desagradável e prejudicial a saúde; a imposição fática de ascensão na carreira ou melhoria salarial, gerando impacto direto no estímulo do trabalho; e a precariedade do ambiente de trabalho, na medida em que geram sentimentos de ansiedade e impotência do trabalhador.

### **3 CAUSAS E EFEITOS DA SÍNDROME DE BURNOUT**

Sendo uma doença desencadeada pelos níveis de estresse que o colaborador tem dentro da organização, porém são muitos os fatores que influenciam no surgimento e no agravamento dessa patologia. Neste caso, será apresentado os fatores e causas do surgimento dessa patologia.

### 3.1 FATORES QUE OCASIONAM A SÍNDROME DE BURNOUT

A Síndrome de Burnout como já apresento anteriormente, é causada devido ao elevado nível de estresse no ambiente de trabalho, neste capítulo, será abordado com mais detalhes as causas e efeitos que a síndrome pode causar ao colaborador, como identifica-la e como trata-la.

Para o entendimento das causas e efeitos que podem gerar a Síndrome de Burnout nos colaboradores, é necessário avaliar quatro variáveis, sendo elas, a organização, o indivíduo, o trabalho e a sociedade em que o mesmo está inserido, avaliando dessa forma como o mesmo reage a essas variáveis.

Com relação a um dos fatores organizacionais que podem levar o colaborador a desenvolver tal síndrome, pode-se citar segundo Maslach, Leiter (1997) e Vargas (1997) o excesso de normas, ou as burocracias da empresa, onde a mesma impede a autonomia, a participação criativa e, portanto, a tomada de decisões. As atividades são realizadas lentamente, demandando muito tempo e muita energia por parte da equipe e/ou indivíduo na sua manutenção, como por exemplo, o tempo gasto no preenchimento de planilhas e relatórios e a excessiva participação de reuniões.

Já em relação aos fatores do indivíduo que podem o acometer a desenvolver tal síndrome, Antonovsky (1997) cita os tipos de personalidade com características resistentes ao estresse, ou seja, os indivíduos que se envolvem em tudo o que fazem, acreditam possuir domínio da situação encarando as situações adversas com otimismo e com oportunidade de aprendizagem.

Em relação ao trabalho, como um dos fatores que podem contribuir para desenvolver a síndrome, Kurowski (1999), cita a sobrecarga de serviço, ou seja, quantidade ou qualidade excessiva de demandas que ultrapassam a capacidade de desempenho, por insuficiência técnica, de tempo ou de infraestrutura organizacional.

Por fim, a sociedade, como último fator que pode contribuir com o indivíduo no desenvolvimento da síndrome, Constable, Russel (1986), citam a manutenção do prestígio social em oposição à baixa salarial que envolve determinada profissão, dessa forma, o indivíduo busca vários empregos, surgindo sobrecarga de trabalho e, conseqüentemente, pouco tempo para descanso e lazer, para atualização profissional levando-o à insatisfação e à insegurança nas atividades desempenhadas.

Dessa forma, pode-se entender a relação entre as variáveis ocupacionais e os transtornos depressivos que podem ser originados, constatando-se que indivíduos

que trabalham em condições de muitas demandas psicológicas associadas a baixo poder de decisão tem maior prevalência de depressão quando comparados aos trabalhadores não expostos a essas condições.

### 3.2 EFEITOS GERADOS PELA SÍNDROME DE BURNOUT

Quando o trabalhador é afetado pela Síndrome de Burnout, está exposto a apresentar uma série de sintomas e perdas em sua saúde física e mental, podendo ocorrer em variáveis graus de intensidade. Com os sintomas e efeitos da síndrome, o colaborador passa a ter um rendimento baixo em seu trabalho. Los Favos, apresenta os principais sintomas identificados no trabalhador que sofre da Síndrome de Burnout,

**Nível físico:** fadiga, sensação e exaustão e/ou cansaço crônico, frequentes dores de cabeça, distúrbios gastrointestinais, alterações do sono e dificuldades respiratórias;

**Nível psicológico:** problemas psicossomáticos, atitudes negativas para consigo mesmo, depressão, sentimento de culpa, ansiedade, raiva, aborrecimento, baixa tolerância à frustração e uso abusivo de drogas;

**Âmbito do trabalho:** diminuição do rendimento, atitudes negativas para com o cliente, falta de motivação, incapacidade de realizar o trabalho com disciplina, intenção e/ou abandono real do trabalho, absenteísmo e atrasos, longos intervalos de descanso durante o trabalho e insatisfação no trabalho;

**Contexto social:** atitudes negativas para com a vida, e, diminuição da qualidade de vida (LOS FAVOS, 2000 p. 33)

Há situações ainda que o indivíduo, pode desenvolver fadiga constante, dores musculares, falta de concentração, dores de cabeça, alterações de memória, lentidão no pensamento, baixa autoestima, além de agir com agressividade, dificuldades para relaxar e aceitar mudanças, perda de iniciativa, comportamento de riscos e em casos mais graves, levar ao suicídio (ARAUJO *ET AL*, 1998).

### 3.3 A MODERNIDADE COMO FATOR DE DESENVOLVIMENTO DA SÍNDROME

Não há equívocos dos benefícios que a evolução tecnológica trouxe para toda a sociedade, proporcionando inúmeras facilidades, oportunidades e aumento de produtividade. Entretanto, assim como qualquer remédio em excesso, pode se tornar um veneno. Com a tecnologia não é diferente, o seu excesso, pode ocasionar inúmeros problemas as pessoas que a utilizam, independente que seja na vida pessoal, quanto na vida profissional.

O abuso da tecnologia traz consequências ao ser humano, como o isolamento do convívio social pessoal – ainda que virtualmente possa ser socializando -, a diminuição da produtividade no trabalho, escola ou faculdade, troca frequentes de emprego e abandono de atividades de lazer para navegar em redes sociais (ARAÚJO, 2020, p. 68)

O uso excessivo da tecnologia e das redes sociais traz grandes consequências ao ser humano, como o isolamento do convívio pessoal, diminuição do rendimento de produtividade na empresa, na escola, faculdade, além de acarretar em trocas frequentes de emprego e abandono das atividades para lazer em redes sociais. A geração atual, é a geração da conectividade, da tecnologia, e claro que essa nova característica do mundo, também iria trazer impactos para o mundo profissional.

Com a facilidade do acesso a informação, não apenas pessoal, mas também profissional faz com que as pessoas não se desvinculem do emprego em casa, ou vice-versa, como apontado pela BBC Brasil (2016, n.p.), onde através do estudo de Cary Cooper, “cerca de 40% das pessoas acordam e a primeira coisa que fazem é checar seus e-mails, para outros 40%, é a última coisa que fazer à noite.” Essa rotina em checar os e-mails da empresa fora do local de trabalho, gera um acúmulo de trabalho e estresse, pelo simples motivo de não desvincular suas rotinas.

A pressão tecnológica, para estar sempre 24h conectado, vem alterando o perfil das doenças relacionadas ao trabalho. Os colaboradores em geral, trabalham mais, e veem sua vida pessoal e profissional cada vez mais interligadas pelo mundo digital e virtual, inevitavelmente são atingidas por uma crise de sociabilidade, veem suas vidas encolherem, a despeito do tempo médio de vida da população aumentar (ARAÚJO, 2020)

A ideia de flexibilidade e aumento da produtividade que a tecnologia traz, enseja consequências prejudiciais, uma vez que as pessoas ficam sobrecarregadas, já que elas assumem mais responsabilidade do que elas realmente podem, em uma ilusão de que com a tecnologia elas poderão acompanhar tudo. Em razão do ritmo natural do ser humano jamais seremos capazes de ter o mesmo rendimento de uma máquina, mesmo com ajuda da tecnologia (ARAÚJO, 2020, p. 69)

Dessa forma, pode-se destacar que o papel do trabalho para as alterações de saúde mental dos trabalhadores a partir de alguns aspectos como, fatores pontuais, exposição a um agente tóxico, articulação dos aspectos relativos à organização, divisão e fragmentação das tarefas, políticas de gerenciamento de pessoas e a hierarquia organizacional (BRASIL, 2001).

A cultura do trabalho contínuo e a disponibilidade durante todo dia, têm ocasionado prejuízos à saúde física e mental de inúmeros profissionais, de diferentes campos de trabalho. Estudos destacam que processar avalanches de informações causa confusão e exaustão mental, comprometendo o aprendizado e a criatividade do colaborador (HUFFPOST, 2018)

Esse excesso de informação, e a necessidade de estar sempre atento às mudanças corporativas e do mundo, elevam os níveis de ansiedade, stress, desgaste físico e mental, ocasionando doenças não apenas psicossociais como a Síndrome de Burnout, mas também outras doenças relacionadas a mesma causam.

#### **4 EFEITOS JURIDICOS DA SÍNDROME DE BURNOUT**

Após o entendimento do surgimento e as causas da síndrome de Burnout se faz necessário a compreensão sobre os fatores jurídicos que envolvem o desenvolvimento dessa patologia nos trabalhadores e quais os riscos para os empregadores, além de compreender também a responsabilidade civil a doença ser reconhecida como acidente de trabalho.

##### **4.1 SÍNDROME DE BURNOUT COMO DOENÇA DO TRABALHO**

Como já apresentado no decorrer do trabalho, são muitos os fatores que levam uma pessoa a desenvolver a síndrome de Burnout, o ambiente de trabalho, vem sendo atualmente o principal desenvolvedor dessa doença. O ambiente de trabalho, contribui de forma fundamental para a preservação da saúde mental do colaborador.

Por ser uma doença psíquica, considerada doença ocupacional, a Síndrome de Burnout é considerada por muitos como acidente de trabalho. Como é eludido pelo art. 19 da Lei nº. 8.213/91, que caracteriza acidente de trabalho,

**Art. 19.** Acidente de trabalho é o que ocorre pelo exercício do trabalho a serviço da empresa ou pelo exercício do trabalho dos segurados no inciso VII do art. 11 desta Lei, provocando lesão corporal ou perturbação funcional que cause morte ou a perda ou redução, permanente ou temporária, da capacidade de trabalho (BRASIL, 1991).

Desta forma, é evidente conceber que a Síndrome de Burnout se enquadra no conceito supra, visto que se trata de uma perturbação funcional que causa perda ou

redução, permanente ou temporária da capacidade laboral do colaborador. Para maiores esclarecimentos e para não restarem mais dúvidas quanto a relação da Síndrome de Burnout como doença laboral, o art.20 da Lei 8.213/91 ressalta,

**Art. 20.** Consideram-se acidente do trabalho, nos termos do artigo anterior, as seguintes entidades mórbidas:

**I** – Doença profissional, assim entendida a produzida ou desencadeada pelo exercício do trabalho peculiar a determinada atividade e constante da respectiva relação elaborada pelo Ministério do Trabalho e da Previdência Social;

**II** – Doença do trabalho, assim entendida e adquirida ou desencadeada em função de condições especiais em que o trabalho é realizado e com ele se relacione diretamente, constante da relação mencionada no inciso I (BRASIL, 1991).

As doenças profissionais, são desencadeadas pela realização da atividade desempenhada pelo trabalhador, ou pelas condições de trabalho do qual é exposto. Desta forma, o nexos casual entre a doença e a atividade é presumido, através da comprovação do adoecimento e a prestação do serviço na atividade.

Entretanto, no que se diz às doenças do trabalho (doenças profissionais atípicas), ela também tem origem na atividade do trabalhador. Porém, elas não são relacionadas necessariamente a uma profissão específica, mas decorrem da forma e da atividade com o trabalho é prestado, e nas condições específicas do ambiente de trabalho que ele é exposto. Neste caso, não há o nexos casual presumido, a relação de trabalho e a doença deve ser comprovada. Como é exposto pelo parágrafo segundo da Lei n. 8.213/91,

Em caso excepcional, constatando-se que a doença não incluída na relação prevista nos incisos I e II deste artigo resultou das condições especiais em que o trabalho é executado e com ele se relacionada diretamente, a Previdência Social deve considerá-la acidente de trabalho (BRASIL, 1991).

O artigo 21, inciso I da referida Lei n. 8.213/91, equipara o acidente de trabalho da seguinte forma,

[...] acidente ligado ao trabalho que, embora não tenha sido a causa única, haja contribuído diretamente para a morte do segurado, para redução ou perda da sua capacidade para o trabalho, ou produzido lesão que exija atenção médica para sua recuperação (BRASIL, 1991).

Ou seja, pode-se compreender que toda e qualquer doença ou síndrome que é desenvolvida através de suas funções laborais, é considerada acidente de trabalho,

garantindo ao trabalhador seus direitos perante a lei que devem ser executados pelos seus empregadores mediante a comprovação de tal doença.

Porém, a síndrome de Burnout, só passou a ser tratada como doença profissional equiparada ao acidente de trabalho e capaz de afastar o trabalhador de suas funções através da concessão do benefício auxílio-doença, com o Decreto Lei 6042/07 em 12 de fevereiro de 2007, alcançando inclusive, a estabilidade laboral após a cessação dos benefícios, nos termos do que preconiza o artigo 118 da Lei 8.213/91, que dispõe sobre os planos de Benefícios da Previdência Social, sem nenhum tipo de prejuízo.

#### 4.2 RESPONSABILIDADE CIVIL FRENTE A ACIDENTE DE TRABALHO

A denominação Responsabilidade Civil, advém da conjectura de que todo aquele que infringe a norma e comete ato ilícito, causando dano a terceiro, desta forma, fica obrigado a repará-lo. É a forma que o Estado encontra de devolver ao ofendido o que lhe foi tirado, diminuído ou agredido.

A expressão Responsabilidade Civil, pode ser compreendida em sentido amplo e em sentido estrito. Em significado amplo, a Responsabilidade Civil denota uma situação jurídica em que alguém tem o dever jurídico de indenizar outrem, em virtude de obrigação que decorre de uma dada situação fática, podendo significar também, nesse sentido, instituto jurídico regido pelas normas que disciplinam o conteúdo e o cumprimento da aludida obrigação de indenizar. Em sentido estrito, a Responsabilidade Civil é tomada como o específico dever de indenizar, oriundo de um dado fato lesivo imputável a um determinado agente. Nesse raciocínio, já se percebem regras relativas a atos ilícitos e a prática que violam comandos normativos (FERNANDES, 2013, p.12).

Os atos ilícitos, são ações que desrespeitam o sistema jurídico, batendo de frente com a lei, com a moral, e com os bons costumes, de forma direta ou indireta, produzindo efeitos involuntários impostos pelo ordenamento jurídico, sendo repercutido na esfera do Direito, criando deveres para os agentes e direitos para o prejudicado (PANTALEÃO, 2006).

A Responsabilidade Civil frente aos acidentes de trabalho, parte a partir da Constituição da República de 1988, que trouxe a dignidade da pessoa humana como um princípio fundamental para direcionar as relações humanas, impedindo atos que ofendem e lesionem a saúde do trabalhador. A Constituição, trouxe também ao



trabalhador, o direito a um ambiente digno e saudável como um direito social, estabelecido pelo art. 7º inciso XXII (BRASIL, 1988).

O Conselho Federal de Medicina, ou promulgar a Resolução nº 1.488/98, trouxe importantes considerações para se estabelecer o nexo de causalidade entre as doenças associadas ao trabalho. Dessa forma, o médico deve considerar além dos exames clínicos, o histórico clínico e ocupacional, o estudo do local e a organização do trabalho, os dados epidemiológicos, dentre outros fatores externos.

Estabelecido o nexo de causalidade entre a síndrome de Burnout e a atividade exercida pelo trabalhador, nasce para o empregador o dever de reparar os danos, independentemente de culpa, por se tratar de responsabilidade civil objetiva conforme parágrafo único do artigo 927 do Código Civil. O empregador então fará jus a indenização pelas despesas do tratamento e dos lucros cessantes até o fim da convalescença, incluindo pensão correspondente à importância do trabalho, caso fique inabilitado ou tenha sua capacidade reduzida, conforme os artigos 949 e 950 do referido código pode o ofendido exigir que a indenização seja arbitrada e paga de uma só vez, além de outros prejuízos que prove ter sofrido (OLIVEIRA; PEDROSA, 2020 p.12)

Tal nexo de causalidade contribui para que o empregado que sofra de tal Síndrome possa retirar-se do trabalho para seguir tratamento e ter os cuidados necessários para sua melhora e possível cura, sem que haja prejuízos financeiros para si.

## **5 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Após o estudo sobre a Síndrome de Burnout, pode-se concluir que tal patologia foi identificada em seu surgimento apenas como uma doença psicológica que atinja os trabalhadores decorrentes de um desgaste emocional para com seus empregos, que geravam desde absenteísmo nas organizações, até como uma aposentadoria precoce.

Conclui-se também, que os principais sintomas da síndrome é falta de motivação para o trabalho, estresse excessivo, desgaste com familiares, isolamento entre outros fatores. É identificado também, que com a evolução tecnológica houve ainda mais o aumento dos casos, pois os trabalhadores estão cada vez mais sobrecarregados, buscando dar conta de mais serviço do que seu corpo e mente aguenta.

A Síndrome de Burnout, passou a ser conhecida como doença profissional graças a lei 8.213/91 que reconhece fatores de desgaste físico e emocional como

doenças relativas ao trabalho excessivo, considerando afastamentos e tratamentos para a recuperação do trabalhador.

Por fim, conclui-se que a síndrome, é hoje uma das doenças que mais afetam os trabalhadores, devido a sobrecarga de serviços e horários, ainda mais após a evolução tecnológica, que é possível conciliar mais de um trabalho ao mesmo tempo. Outro ponto que tem influenciado para o desenvolvimento mais agressivo da síndrome, são as modalidades de trabalho remoto, onde além de se preocupar com o trabalho, as pessoas se preocupam também com os afazeres domésticos.

## REFERÊNCIAS

ANTONOVKY, A. - **Unraveling the mystery of health**. Jossey Bass, San Francisco, 1987.

ARAÚJO, T.S.; *et al.* **Condições de trabalho e saúde dos professores da rede particular de ensino**: Salvador, Bahia. Sindicato dos Professores do Estado da Bahia, Salvador, 1998.

ARAÚJO, B. S. O vínculo entre o uso excessivo da tecnologia e as doenças ocupacionais psicossociais. **Trabalho e Saúde Metal**, Ano IX. N.88 maio/20. Disponível em:

[https://juslaboris.tst.jus.br/bitstream/handle/20.500.12178/179973/2020\\_araujo\\_bruna\\_vinculo\\_excessivo.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://juslaboris.tst.jus.br/bitstream/handle/20.500.12178/179973/2020_araujo_bruna_vinculo_excessivo.pdf?sequence=1&isAllowed=y) Acesso em: 15 set. 2021.

BBC BRASIL. **Estar sempre conectado causa mais estresse no trabalho?**

Disponível em: <<http://www.bbc.com/portuguese/geral-36642941>>. Acesso em: 14 de set. 2021

BRASIL. Constituição (1988). **Constituição da República Federativa do Brasil**. Brasília, DF: Senado Federal, 1988.

BRASIL. Lei nº 8.213, de 24 de julho de 1991. **Dispõe sobre os Planos de Benefícios da Previdência Social e dá outras providências**.

BRASIL. **Decreto nº 3.048, de 06 de maio de 1999**. Aprova o regulamento da Previdência Social, e dá outras providências. Diário Oficial [da] República Federativa do Brasil, Brasília-DF, 7 maio 1999.

BRASIL. Ministério da Previdência. **Previdência em questão** – Informativo eletrônico do Ministério da Previdência Social. Editado pela Assessoria de Comunicação Social Brasília, 2016.

CARLOTTO, M.S.; CÂMARA, S.G. **Análise da produção científica sobre a Síndrome de Burnout no Brasil**. Revista PSICO, v. 39, n. 2, p. 152-158, abr./jun., Porto Alegre, 2008.

CHERNISS C. **Professional burnout in human service organizations**. New York: Praeger; 1980.

CONSTABLE, J.F.; RUSSELL, D.W. - **The effect of social support and the work environment upon burnout among nurses**. *J Human Stress* 12: 20-26, 1986.

FAYOS, E. **Desgaste Psíquico em el Trabalho**. Tesis para optar al grado de Doctor em Psicologia, Universidad de Barcelona, 2.000.

FERNANDEZ, A. C. **Direito civil - responsabilidade civil**. 3. ed. São Paulo: Educ, 2013.

FRANÇA, A. C. L.; RODRIGUES, A. R. L. **Estresse e Trabalho: uma abordagem psicossomática**. 3º. ed. São Paulo: Atlas, 2002.

FRANCO, M. *et al.* **Síndrome de Burnout e seu enquadramento como acidente do trabalho**. Faculdade do Guarujá, 2019. Disponível em: [https://uniesp.edu.br/sites/\\_biblioteca/revistas/20190312105103.pdf](https://uniesp.edu.br/sites/_biblioteca/revistas/20190312105103.pdf) Acesso em: 29 abr. 2021

FREUDENBERGER, H. - *Staff burnout*. *Journal of Social Issues* 30, p. 159-165, 1974.

HUFFPOST BRASIL. **Cansaço mental: Por que precisamos respeitar os sinais de estresse da nossa mente**. Disponível em: < [https://www.huffpostbrasil.com/2018/09/19/cansaco-mental-por-que-precisamos-respeitar-os-sinais-de-estresse-da-nossa-mente\\_a\\_23532911/](https://www.huffpostbrasil.com/2018/09/19/cansaco-mental-por-que-precisamos-respeitar-os-sinais-de-estresse-da-nossa-mente_a_23532911/)> Acesso em: 15 set. 2020

KUROWSKI, C.M. - *Síndrome de Burnout em el sistema penitenciário brasileño*. Paraná. Espanha Universidade Autónoma de Madri, Madri, 1999.

MASLACH C. *Job burnout*. *Annual Review Psychology*, 52, p. 397-422, 2001.

MUROFUSE, N.T. *et al.* Reflexões sobre estresse e Burnout e a relação com a enfermagem. *Rev. Latino-Am. Enfermagem* 13, p. 255-261, 2005.

NUNES, M. L. **As influências do ambiente de trabalho no surgimento da síndrome de Burnout**. [Trabalho de Conclusão de Curso]. Criciúma (SC): Universidade do Extremo Sul Catarinense, 2008.

OLIVEIRA, K. C. O.; PEDROSA, J. M. **A Síndrome de Burnout e a Responsabilidade Cível do Empregador**. PUC – Uberaba MG, Disponível em: <https://repositorio.uniube.br/bitstream/123456789/1280/1/TCC%20K%C3%AAnia%20Cristina%20de%20Oliveira.pdf>. Acesso em: 11 de out. 2021.

PANTALEÃO; J.; PANTALEÃO, L. **Direito civil - parte geral**. 2. ed. São Paulo: Manole, 2006.

SHIRON, A. *et al.* *Burnout, mental and physical health: a review of the evidence and a proposed explanatory model.* **International Review of Industrial and Organizational Psychology**, v. 20, p. 269-309, 2005.

TRIGO, T. R. *et al.* Síndrome de burnout ou estafa profissional e os transtornos psiquiátricos. **Rev. Psiquiatria Clínica**, v. 5, p. 223-233, 2007.

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE SÃO PAULO – USP. Constituição da Organização Mundial da Saúde (OMS/WHO) – 1946. Disponível em: <http://www.direitoshumanos.usp.br/index.php/OMS-Organiza%C3%A7%C3%A3o-Mundial-da-Sa%C3%BAde/constituicao-da-organizacao-mundial-da-saude-o-mswho.html>. Acesso em: 08 mai. 2021

VARGAS, E.A.U. - *El síndrome de Burnout em el médico.* Smithkline Beecham, Madri, 1997.

VIDOTTI, V. *et al.* **Síndrome de Burnout, estresse ocupacional e qualidade de vida entre trabalhadores de enfermagem.** Revista eletrônica trimestral de Enfermagem, 2019. Disponível em: [https://scielo.isciii.es/pdf/eg/v18n55/pt\\_1695-6141-eg-18-55-344.pdf](https://scielo.isciii.es/pdf/eg/v18n55/pt_1695-6141-eg-18-55-344.pdf). Acesso em: 08 mai. 2021