

Superexploração da força de trabalho e o nível de estresse entre trabalhadores comerciários em Passo Fundo, Rio Grande do Sul. (Parecer Inicial) ¹

Dagmar Camargo²

"Temos que entender que tempo não é dinheiro. Essa é uma brutalidade que o capitalismo faz como se o capitalismo fosse o senhor do tempo. Tempo não é dinheiro. Tempo é o tecido da nossa vida."³

1. APRESENTAÇÃO

A análise dos níveis de estresse entre os trabalhadores que oferecemos nesse Parecer Inicial orienta-se pelo enfoque das relações entre saúde e economia política e, mais especificamente, busca contribuir para compreensão das relações entre os problemas de saúde dos trabalhadores comerciários e suas condições objetivas de trabalho. Neste sentido, os dados que agora oferecemos — ainda restritos ao segmento da direção sindical da categoria — têm por objetivo demonstrar a relevância de uma pesquisa a ser aplicada em uma amostra significativa do conjunto da categoria e de outras categorias de trabalhadores com o objetivo de determinar os níveis de estresse e analisar criteriosamente a relação dos resultados obtidos com as condições de trabalho. Entendemos que uma pesquisa dessa natureza poderá oferecer informações relevantes a serem consideradas nas estratégias de luta e negociação pela melhoria das condições de vida dos trabalhadores comerciários e dos trabalhadores em geral.

Esse Parecer está ordenado da seguinte forma. Em primeiro lugar, com base no Boletim de Indicadores do Comércio do DIEESE apresentaremos o contexto das condições de trabalho em que se inserem os trabalhadores comerciários, no Brasil. Em segundo lugar,

1 Porto Alegre, dezembro de 2012.

2 Psicóloga (UPF), criadora do Programa Zen Estresse; Pós-graduada em Direitos Humanos - Especialização (UFRGS), pesquisadora do Núcleo de História Econômica da Dependência Latino Americana (HEDLA-UFRGS), Agente de Combate a Endemias Pref. POA-RS dagcamargo@gmail.com

3 Antonio Cândido de Mello e Souza.

trataremos de definir os conceitos que estruturam a análise dos dados obtidos, particularmente os conceitos de *estresse* e *superexploração da força de trabalho*. Em terceiro lugar, apresentaremos uma amostra da metodologia de pesquisa proposta por meio da aplicação do *Exame dos Níveis e Fases do Estresse* junto ao corpo de dirigentes e funcionários do sindicato, seguida da análise dos dados obtidos. E, finalmente, faremos algumas considerações gerais.

2. A situação dos trabalhadores comerciários no Brasil

Apesar dos indicadores revelarem resultados expressivos nas vendas do comércio em 2012, com crescimento de 9,1%, estes índices não refletiram melhoras nas condições de trabalho da categoria que continua com rendimentos baixos com um salário médio de R\$782,16 reais e alta rotatividade (92,4%) segundo dados elaborados pelo DIEESE – Rede Comerciários, a partir do Ministério do Trabalho (MTE - CAGED) em agosto de 2012.

Entre 1984 e 2004, o Departamento Intersindical de Estatística e Estudos Socioeconômicos (DIEESE) calcula que na região metropolitana de São Paulo, a mais industrializada do país, o contingente de desempregados aumentou 135% e, no fim deste período, o salário médio equivalia a 52% do valor que tinha em 1985. Nas demais capitais as coisas não são diferentes e os institutos de pesquisa se veem obrigados a alterar seus critérios para esconder os números reais do amplo contingente que alimenta o que, em seguida, será assepticamente chamada de informalidade.

De acordo com dados da OIT, IBGE, PNAD (2008 – 2009) em média 25,5% dos trabalhadores cumpriram jornadas de 49 horas semanais de trabalho. Segundo o DIEESE (2009) os comerciários perfazem um total de 60% de trabalhadores acima do limite legal da jornada devido à autorização do comércio aos domingos e ao horário livre, sendo que uma parcela significativa destas horas extras não é paga ao trabalhador principalmente nas empresas de pequeno porte. Os trabalhadores do comércio estão sujeitos também à intensificação do ritmo de trabalho por meio das exigências de metas de vendas crescentes, o que gera uma espiral também crescente no ritmo do trabalho, levando ao esgotamento prematuro da vida do trabalhador.

3. Estresse e superexploração da força de trabalho

Estresse é uma palavra derivada do latim. Durante o século XVII ganhou conotação de "adversidade" ou "aflição". No final do século seguinte, seu uso evoluiu para expressar "força", "pressão" ou "esforço". Em 1926 o fisiologista e endocrinologista austríaco-canadense Hans Selye criou o termo "estresse" para definir o conjunto de sintomas psicossomáticos que surgem em processos de adaptação requerida à pessoa. Ele demonstrou que choques emocionais provocam reações biológicas iguais a outros tipos

de agressão causando alterações como: aumento de volume das glândulas suprarrenais; atrofia do Timo e dos gânglios linfáticos; alterações do pulso, da pressão arterial e da temperatura; desordens do equilíbrio hidro salino; alterações no sangue e na secreção dos hormônios que se eliminam na urina; úlceras gastro intestinais, etc..

A Organização Mundial da saúde (OMS) considera o estresse como o mal do século 21, pois afeta 90% da população mundial. Segundo estatísticas da Associação Americana de Psicologia, 75 a 90% das queixas em consultórios estão relacionadas ao estresse. Por falta de assiduidade, baixa produtividade e despesas de benefícios de saúde decorrentes do estresse, o mercado tem um prejuízo anual de aproximadamente 300 bilhões de dólares. “Em todo o mundo, aproximadamente 50% das mortes tem alguma relação com os sintomas de estresse, como hipertensão, asma, colite, psoríase, herpes, diabetes, úlceras, infarto, câncer”⁴.

“O “estresse” pode ser definido como o conjunto de reações psicobiológicas que ocorrem em nosso organismo quando sua homeostase é perturbada, em outras palavras, como a percepção de um desequilíbrio entre o indivíduo e o ambiente e outros indivíduos, quando este se defronta com situações físicas ou psicossociais às quais não é capaz de responder adequadamente.”⁵

De acordo com o cardiologista Dr. Antônio Carlos Pereira Barretos⁶, o principal fator que provoca o estresse é a sobrecarga no trabalho (acúmulo de tarefas), e a falta de organização e capacidade de distribuir as tarefas e funções estando ligado a quatro sistemas do organismo humano, o esquelético-muscular, o imunológico, o gastrointestinal e o cardiovascular. A reação física pode ser determinada pelo cansaço (físico e psicológico), causando gripe, dores no peito, palpitações, e outras manifestações clínicas como gastrite e depressão.

A ergonomia criada nas últimas décadas para auxiliar as empresas na melhoria da produtividade definiu dois tipos de estresse: Estresse Positivo chamado de Eustresse, e negativo chamado de Distresse, ambos causam reações fisiológicas similares: as extremidades (mãos e pés) tendem a ficar suadas e frias, a aceleração cardíaca e pressão arterial tendem a subir, o nível de tensão muscular tende a aumentar, etc. No nível emocional, no entanto, as reações ao estresse são bastante diferentes. O eustresse motiva e estimula a pessoa a lidar com a situação. Ao contrário, o distresse, faz com que o indivíduo se intimide e busque mecanismos de defesa e fuga da realidade.

Entre as causas do “distresse” - algumas decorrem de exposições a condições não ergonômicas e precariedade de ambientes físicos (ruídos, iluminação, temperatura,

4 REVISTA Chega de Estresse! Editora Alto Astral – Ano 1/ N° 1 – 2012.

5 Dr. Douglas A. Bauk – Médico do Trabalho.

6 Cardiologista dirige a Unidade Clínica de Prevenção Cardiológica do Instituto do Coração (InCor-SP).

umidade, vibrações, ajuntamentos, máquinas e ferramentas inadequadas, substâncias perigosas, agrotóxicos etc.). Outras resultam das relações entre os indivíduos e seu ambiente do trabalho, turnos e ciclos de trabalho, relacionamento com outras pessoas, doenças, separações, perdas e óbitos ou nascimentos na família. Estudos apontam que no período de 12 a 18 meses após um grande trauma (perda, desgaste emocional) existe uma chance maior de desenvolver câncer segundo a psicóloga Ana Maria Rossi, coordenadora do ISMA Brasil (International Stress Management Association).

3.1 Como o “estresse” atua no organismo:

Através dos órgãos dos sentidos o cérebro registra a presença do estressor. O hipotálamo (centro nervoso do cérebro) é acionado e provoca uma cadeia de reações químicas, ativando o sistema nervoso autônomo e a glândula pituitária. Esta, por sua vez, ativa as glândulas suprarrenais, que produzem adrenalina (prepara para luta ou fuga) e corticoides em doses extras e lançam-nas na corrente sanguínea. O excesso dessas substâncias faz com que todos os órgãos (especialmente o fígado, pâncreas, rins e coração) trabalhem em ritmo mais intenso. Isso, por sua vez, provoca um desgaste orgânico maior do que o normal, forçando o organismo a utilizar a reserva da chamada: “*energia adaptativa*”. Essa reserva, contudo, é limitada. O consumo constante e intenso dessa energia poderá zerar a reserva, causando um desgaste físico e mental que poderá levar ao envelhecimento precoce, a uma série de doenças (dermatológicas, estomacais, hepáticas e cardiovasculares) e até à morte.

3.2 Como o estresse pode se manifestar:

A) No indivíduo:

- elevação da pressão arterial; problemas dermatológicos, estomacais e cardíacos; insegurança, ansiedade e depressão; sensação de “estar doente”; aperto no peito e dificuldades de respirar constantes; cansaço e fraqueza; transpiração excessiva, dificuldade para dormir; tremores e dores musculares; alterações do apetite e peso.

B) No trabalho:

- licenças-saúde (absenteísmo)
- Mudanças inexplicáveis na eficiência;
- Desempenho irregular (excelente ou medíocre)
- Introversão exagerada
- Insatisfação
- Impaciência
- Instabilidade emocional
- Erros sérios

3.3 O Hormônio do Estresse:

Cortisol um dos mais importantes do organismo que tem efeitos sobre o metabolismo de nutrientes como carboidratos, lipídeos, ácidos graxos e proteínas contribui para manter os músculos inclusive o miocárdio, (do coração) saudáveis; e atua como regulador do sistema imunológico. Sua produção excessiva causa enfraquecimento deste sistema abrindo portas para doenças de vários tipos dentre elas alergias; dificuldade de concentração e déficit de memória, hipertensão, alterações na tireoide (hiper e hipotireoidismo); insônia; arteriosclerose; intolerância à glicose; problemas gastrointestinais; estados depressivos e ansiosos recorrentes podendo tornar-se crônicos e alguns tipos de tumores malignos além da Síndrome de Cushing quando o excesso de cortisol no organismo aumenta a retenção de sódio e água favorecendo a hipertensão.

Os efeitos do estresse agudo, dependendo do impacto, podem durar mais tempo. Em 1995, um terremoto abalou Kobe no Japão. Traumatizada a população masculina ficou estéril por cerca de três meses. A guerra do Vietnã provocou sequelas emocionais e estresse pós-traumático em muitos soldados americanos com redução da vida social, incapacidade para o trabalho e dificuldades afetivas.⁷

3.As 4 Fases do Estresse (Segundo Marilda Novaes Lipp)⁸

FASE 1: ALERTA Quando se percebe uma ameaça ou perigo, o organismo entra imediatamente em **“estado de alerta”** e se prepara para a ação de lutar ou fugir. As reações orgânicas são imediatas e diversas:

- Tira todo o sangue da periferia do corpo, para juntá-lo no interior. Resultado: palidez, pés e mãos frios.
- A necessidade de maior energia faz aumentar a circulação do sangue no corpo. Resultado: o coração bate mais rápido e a respiração fica ofegante.
- A tensão automática dos músculos pode provocar tremores, dores musculares, dores de cabeça, aperto no peito, dificuldades para respirar e tonturas.
- Algumas glândulas passam a trabalhar mais, por exemplo, aumentando o suor.
- Todo o corpo fica em “estado de alerta”. O equilíbrio interno fica abalado e a pessoa precisa fazer muito esforço para restabelecer o equilíbrio biológico, utilizando para tal a “energia adaptativa”.

FASE 2: RESISTÊNCIA – Caracteriza-se pelo constante esforço que a pessoa faz para manter o seu equilíbrio interno frente as reações provocadas pelo estressor. O grande perigo é o consumo excessivo da energia adaptativa, que poderá zerar a reserva. Novos

7

UFRGS, Jornal da Universidade, Set. 2002 pág. 5 “Fisiologia pesquisa a dor e o estresse”

8

Marilda Emmanuel Novaes Lipp, psicóloga, diretora do Centro Psicológico de Controle do Stress, primeiro centro de pesquisa do estresse do Brasil, professora da PUC- Campinas e autora dos testes de exame dos níveis de estresse utilizados nesta pesquisa e autora do livro:

sintomas aparecem: Sensação generalizada de desgaste; Dificuldades com a memória; esquecimento de coisas banais.

FASE 3: EXAUSTÃO – Ocorre quando termina a reserva da energia adaptativa. É o estado mais grave do stress, onde surgem diversas doenças e que necessita de cuidados médicos especializados.

Pesquisa recente da Trabalhando.com Brasil aponta os principais fatores que causam estresse profissional no país. Segundo o levantamento trabalhar sob pressão: 28%; falta de ferramentas adequadas, como computador ruim, cadeira desconfortável etc.: 26% e mau humor do chefe (assédio moral) e dos colegas: 22%. Estes são os maiores causadores de estresse no ambiente de trabalho, segundo os 451 profissionais (288 mulheres e 163 homens) que participaram do levantamento. Ainda de acordo com o estudo, para 10% dos entrevistados a maior causa de estresse é trabalhar mais horas do que deveriam, enquanto que para outros 10% ter um salário menor que seus colegas é motivo de estresse. <http://oglobo.globo.com/emprego/pesquisa-aponta-quais-os-maiores-causadores-de-estresse-no-trabalho-6169675#ixzz2GRa3Yv7a>

Outra recente pesquisa da [Isma Brasil](#) (International Stress Management Association) revela que 30% da população economicamente ativa do Brasil já sofreu de esgotamento máximo associado ao trabalho, ficando somente atrás do Japão. A justificativa são jornadas mais longas que o normal, o medo de demissão e a ausência de um equilíbrio entre esforço e recompensa. O Brasil está atrás apenas do Japão, onde 70% das pessoas já perderam o controle sobre o estresse.

A categoria da superexploração da força de trabalho, elaborada por Ruy Mauro Marini, como fundamento da Teoria Marxista da Dependência (TMD), aponta para uma situação em que “são negadas aos trabalhadores as condições necessárias para repor o desgaste de sua força de trabalho provocando seu esgotamento prematuro por que lhe é retirada a possibilidade de consumir o estritamente indispensável para conservar sua força de trabalho em estado normal, tendo como consequência que o trabalho acaba sendo remunerado abaixo de seu valor, configurando a superexploração” (MARINI, 2012).

A superexploração se comprova a partir de quatro formas: a) o prolongamento da jornada de trabalho; b) aumento da intensidade do trabalho; c) a conversão de parcela do fundo de consumo do trabalhador em fundo de acumulação do capital; d) aumento do valor histórico-moral da força de trabalho sem pagamento correspondente o que Marx chamou de “exploração redobrada” e se configura numa “violação” do valor da força de trabalho, segundo Jaime Osório (OSÓRIO, 2012). Constitui-se, portanto, como um conjunto de modalidades de utilização da força do trabalho que implicam a remuneração da força de trabalho abaixo de seu valor e o esgotamento prematuro da força física e psíquica do trabalhador.

“No Brasil, em geral, não existe um equilíbrio entre esforço e recompensa. Vemos muitas pessoas cometendo tantos erros e com tanto descaso no trabalho, que isso pode mesmo ser sintoma de “burnout” Entre quem sofre de “burnout”, os índices de depressão, sentimento de incapacidade e exaustão são bem mais elevados do que no restante da população. Ironicamente, o problema atinge profissionais altamente

motivados, idealistas e que se dedicam excessivamente ao trabalho. Sentimentos de decepção e frustração podem desencadear o estresse exagerado”.⁹

Um dos mais altos níveis de estresse a Síndrome de burnout atinge pessoas insatisfeitas com o trabalho ou que se dedicam tanto que acabam esgotando todas as energias. A expressão inglesa significa “queimar-se, consumir-se por completo” e foi muito empregada em décadas passadas no esporte para referir-se a atletas que já tinham dado tudo o que podiam e não conseguiam mais manter o desempenho. Herbert J. Freudenberg foi pioneiro no estudo nos anos 70.

O que significa que apesar do “eustresse” que seria o estímulo e a motivação, no caso da maioria dos trabalhadores comerciários, proveniente da comissão sobre a venda em estabelecimentos de grande porte, para além de receber parte da mais-valia através do salário, não recompensa o nível de “distresse” causado pelo esforço advindo da prolongação da jornada e desgaste da força vital que leva ao estresse exagerado ou crônico que é o nível de exaustão que chega a 30% dos avaliados nesta pesquisa.

Sendo assim, cabe salientar que o prolongamento da jornada de trabalho por períodos prolongados por meio de instrumentos como horas extras e bancos de horas – mesmo com o pagamento de remuneração adicional-, não repõe o desgaste da força de trabalho leva ao esgotamento prematuro da vida útil e mesmo da expectativa de vida do trabalhador ou trabalhadora. Segundo dados do DIEESE (2006) em média 40% dos trabalhadores brasileiros cumprem mais de 44 horas semanais de jornada, superando a determinação legal.

4. Considerações Finais

Dentre os resultados da avaliação geral de estresse dos trabalhadores comerciários de Passo Fundo destaca-se o altíssimo índice de 80% de tédio e solidão devido ao afastamento familiar onde 90% encontram-se frustrados pela não valorização da profissão devido à situação de defasagem entre o valor histórico-social da força de trabalho e a remuneração praticada. O índice de afastamento por doenças no INSS no município de 30% pode ser relacionado a este índice de exaustão do estresse de 30% resultante da pesquisa realizada com trabalhadores e dirigentes do Sindicato dos Comerciários de Passo Fundo. Outro dado que coloca 90% dos comerciários vulneráveis ao estresse além da sobrecarga de trabalho são as metas, os prazos, a premência de tempo, ou seja, a intensidade de vendas com forte apelo nas comissões.

Mas o mais preocupante é que 95% dos trabalhadores comerciários não possuem estratégias de cuidados preventivos, nem tempo disponível para cuidar da saúde rebaixando o seu índice de qualidade de vida.

Segundo Mathias Seibel Luce¹⁰, em seu artigo “A superexploração da força de trabalho no Brasil” a questão salarial é o ângulo mais lembrado pelas lutas sindicais pela melhora do poder de compra do salário e redução da jornada, e a forma mais evidente da superexploração é a contratação do trabalhador por baixo do valor da força de trabalho e o aumento do salário mínimo no Brasil não foi suficiente para recuperar as perdas acumuladas desde as políticas neoliberais que desconsideraram o que o DIEESE conceituou como *salário mínimo necessário (que hoje representaria R\$2.600,00 reais)* e as conquistas dos trabalhadores através da CLT estão sendo violadas. Segundo Mathias, ainda que embora possa ter havido melhora no poder de compra do salário mínimo na última década comparado ao valor da cesta básica, ao cumprir jornadas de trabalho mais longas, ao ter de submeter-se a ritmos de produção mais intensos, ao não ter reconhecida a atualização do valor histórico da força de trabalho no pagamento recebido, a classe trabalhadora vive um aumento da superexploração.

5. Exame dos Níveis e Fases do Estresse entre dirigentes e trabalhadores do Sindicato dos Empregados no Comercio de Passo Fundo e região (SECPF)

5.1 Amostra

Os dados obtidos a partir da aplicação de testes para avaliar o nível de estresse da categoria comerciária em Passo Fundo, foram aplicados em cinco (05) diretores “liberados”, dispensados de produzir mais-valia em seus setores do comércio ficando disponíveis ao sindicato; quinze (15) estão no comércio (na base), diariamente submetidos à pressão das vendas por metas, e sete (07) são funcionários contratados pelo sindicato sendo dois advogados, um responsável pelas extensões de base de dois municípios vizinhos, uma recepcionista telefonista, uma auxiliar de limpeza, uma para homologações e um cargo administrativo para tratar das finanças e prestação de contas.

Os mesmos testes foram distribuídos e aplicados em todos trabalhadores igualmente, independente das funções desempenhadas, perfazendo um total de vinte e sete (27) pesquisados, sendo quinze (15) atuando na venda direta em setores de varejo, atacado, mercado e apenas um destes quinze no setor administrativo como caixa.

Dois encontros de três horas cada um com dinâmicas de grupo foram realizados com todos os diretores liberados e da base para levantamento de sintomas individuais e coletivos sobre ambientes de trabalho foram realizados.

5.2 - Análises dos dados Gerais

Resultados dos testes de fases para todos:

Fase I - Nível de Alerta: sete (07)

Fase II - Nível Resistência: dezesseis (16)

10

Professor do depto. De História – UFRGS. REVISTA Soc. Bras. Economia Política, São Paulo, nº 32, junho-2012.

Fase III - Nível Exaustão: Nove (09)

Sem Estresse: sete (07) trabalhadores

Sete trabalhadores numa amostragem de 27 não estão estressados o que significa que 20 estão estressados distribuídos nas três fases. Alguns se enquadravam em mais de uma fase ao mesmo tempo como os na fase de exaustão que pontuaram em todas elas.

Estresse dos Liberados (5 trab.):

Fase de Alerta 02; Fase de Resistência 05; Fase de Exaustão 03; Sem Estresse 00.

Estresse dos Funcionários (7):

Fase de Alerta 03; Fase de Resistência 02; Fase de Exaustão 01; Sem Estresse 03.

Estresse Diretoria não liberada (15 na base)

Fase de Alerta 04; Fase de Resistência 08; Fase de Exaustão 05; Sem estresse 04.

A) Qualidade de Vida: Este teste visa verificar o êxito nos setores da vida relacionados ao quadrante. Apesar do sucesso social e afetivo da maioria não vulneráveis ao estresse neste campo, no profissional 22 se encontram vulneráveis ao estresse decorrente da profissão comerciária e 24 pela ausência de cuidados com a saúde devido ao estilo de vida sem qualidade.

Quadrantes	Vulnerabilidade	
	SIM	NÃO
Social	11	16
Afetivo	10	17
Profissional	22	05
Saúde	24	03

B) Sintomatologia: Este teste avalia se há mais sintomas físicos e ou mentais e em quantos predominam ambos, e nos comerciários predomina o estresse cognitivo (mental). Dentre os cinco liberados dois realaram tomar medicamentos psiquiátricos e dentre os 15 da base três e dos 7 funcionários dois.

COGNITIVOS	17
SOMÁTICOS	04
AMBOS	03

C) Tipos de Comportamento:

Dois cardiologistas americanos (Rosenman e Friedman, 1974) classificaram os indivíduos estudados em dois tipos distintos: A e B. É preciso fazer o teste de vulnerabilidade para saber o tipo de cada um.

O **tipo A** vive como se a vida fosse terminar amanhã e infelizmente isso pode ocorrer de fato, pois a pesquisa indica que esse estilo de vida (intensa, rápida, sobrecarregada e voltada só para o trabalho) é o que mais contribui para problemas cardíacos, inclusive o infarto. Dos 27 pesquisados 20 são do tipo A.

A	20
B	03
A/B	04

D – Vulnerabilidades ao Estresse

TESTES	SIM	NÃO	
Parte I	20	07	Frustração com a profissão
Parte II	18	09	Sobrecarga de trabalho
Parte III	23	04	Prazos, metas, pressão de tempo
Parte IV	18	09	Tédio e solidão

Esta solidão (18) além do distanciamento familiar devido ao aumento da jornada de trabalho é o resultado de uma longa série de ações, situações e realidades, paciente e sistematicamente criadas pelo sistema que ao multiplicar-se e entrelaçar-se dentro e fora dos locais de trabalho, proporcionam o aumento da exploração e a redução das possibilidades de resposta individual e coletiva de quem está sendo sugado, ao mesmo tempo em que lhe dão a sensação de trilhar o caminho certo de sua realização pessoal pois apesar dos 20 (100%) estarem frustrados com a profissão é decorrente da desvalorização e defasagem salarial e quando se fala em metas e prazos atinge também os funcionários e o nº sobe para 23 vulneráveis.

E – Estratégias para reduzir o estresse:

Adequadas 06

Insuficientes 21

A maioria não tem tempo para desenvolver estratégias adequadas para redução do estresse sendo este o motivo para o sindicato não implantar o programa “Zens Estresse Cuide-se” com oficinas de exercícios, relaxamento e respiração, meditação e outras técnicas voltadas para reduzir e controlar os níveis de estresse. Diante da possibilidade das comissões eles preferem ficar no trabalho, fora dele é perder remuneração.

F – Fontes Externas de Estresse

Alta 11

Moderada 08

Pequena 08

G – Fontes Internas Estresse (aquelas criadas pela própria pessoa)

Sim 12

Não 15

A alta rotatividade (92,4%) da categoria comerciária pode incluir estes trabalhadores como integrantes do exército de reserva – que Marx definiu como parte “*flutuante*” representada por aqueles trabalhadores que, acompanhando o ciclo da economia capitalista oscilam no emprego tendendo a serem despedidos numa crise e esperar por uma época de prosperidade para serem incorporados ao exército ativo de trabalhadores. Eles flutuam no circuito empregatício de acordo com o estágio do ciclo econômico. Nas palavras de Marx, esses que são despedidos tornam-se elementos da superpopulação flutuante.

Segundo o coordenador do Laboratório de Psicodinâmica do Trabalho da UFRGS Álvaro Roberto Crespo Merlo: “O trabalho, do ponto de vista da saúde mental, serve para construir o que a gente é a nossa identidade. Por isso, quando se ataca o trabalho, se combate algo que é fundamental para o indivíduo. E com isto tu desmontas alguma coisa fundamental para construir a identidade do dia a dia da pessoa, pois a identidade vai sendo construída por toda a vida e muito pelo trabalho.”¹¹

Entre o desejo de assegurar algo mais do que a sobrevivência e o pesadelo da demissão, não lhe restam mais do que três opções¹²:

A) Recusar a se submeter, fazer corpo mole e, de consequência, ser despedido;

B) Superar as expectativas (que, além do esforço para atingir as metas exige espírito de liderança e capacidade de passar por cima dos próprios princípios éticos) na secreta esperança de vir a ocupar cargos de chefia que deixem para trás o posto ocupado quando do ingresso na empresa;

C) Manter um autocontrole sobre o corpo e as emoções capaz de garantir o equilíbrio possível entre os sonhos de reconhecimento social e a execução das tarefas estafantes que são exigidas, todas as três atitudes seguramente levam ao estresse.

Mais que isto, as pessoas têm a percepção de que estão sendo exploradas e o serão ainda mais, mas por ruim que seja, preferem isso ao pesadelo de vir a ser um “sem futuro” através do desemprego. Sob o duplo estímulo do medo e do sonho, o empregado vai se concentrar cada vez mais na execução das tarefas, evitar erros, apontar falhas dos

11

UFRGS, Jornal da universidade Jan/Fev de 2013 “Férias sem estresse” (Capa) – Caderno JU pág. C4 “Trabalhador rastreado”.

12

Dados publicados em GANZ, Lúcio Clemente. Desemprego à vista, em: Le Monde Diplomatique Brasil, Ano II, Nº 17, dezembro de 2008, pg. 10.

demais, acelerar o ritmo para mostrar que ele merece o posto que ocupa, fugir de tudo que pode colocar em risco a realização de seus desejos e se dedicar ao trabalho em tempo integral. Para ficar na firma, vale qualquer coisa: fazer horas extras, disputar prêmios de produção, engolir sapos cada vez mais gordos, prejudicar colegas, ser conivente com as injustiças e as arbitrariedades, ficar na sua mesmo quando está prestes a explodir e se dispor a anestesiá-lo segundamente a própria indignação e os sentimentos de justiça. A ausência de envolvimento com o coletivo faz o indivíduo se dobrar cada vez mais sobre si mesmo. Um após o outro, os laços de confiança recíproca se rompem deixando campo aberto para que a competição ocupe o lugar que era da cooperação. Pouco a pouco, a simples presença do dirigente sindical na portaria da empresa torna-se um incômodo. Seus convites a aderir à campanha salarial ganham as feições de uma ameaça indireta ao que se procura preservar, e seus apelos ao sentimento de coletividade passam a ser percebidos como algo do qual vale a pena desconfiar.

“A pessoa desempregada perde renda e a ideia de vida planejada, com impactos psicológicos. Condições financeiras limitadas criam dificuldades de acesso a tratamentos levando a um círculo vicioso.”¹³

A pesquisadora Margarida Barreto, médica especialista em saúde do trabalho, observou em 2011 em pesquisa ouvindo 400 pessoas, que cerca de um quarto delas teve ideias suicidas por causa da excessiva cobrança no trabalho. A Organização Mundial de Saúde estima que cerca de três mil pessoas suicidam-se diariamente, muitas delas por causa da abusiva pressão do trabalho. O *Le Monde Diplomatique* de novembro/2011 denunciou que entre os motivos das greves de outubro na França, se achava também o protesto contra o acelerado ritmo de trabalho imposto pelas fábricas causando nervosismo, irritabilidade e ansiedade. Relançou-se a frase de 1968: “metrô, trabalho, cama”, atualizando-a agora como “metrô, trabalho, túmulo”. Quer dizer, doenças letais ou o suicídio como efeito da superexploração capitalista.

Estes dados são indicadores de que existe superexploração na categoria dos trabalhadores comerciários através do aumento da jornada e intensidade de trabalho sem aumentar a remuneração real; com maior desgaste físico e psíquico comprometendo a saúde dos trabalhadores com maior ocorrência de doenças laborais, principalmente estresse, com o esgotamento prematuro da capacidade física e da energia vital, sem condições de tempo para cuidar da própria saúde, com apenas uma revisão anual de sintomas em consulta rápida com médico do trabalho; sem realizar os exames clínicos periódicos recomendáveis; e pagamento da Força de Trabalho abaixo de seu valor com a conversão do Fundo de Consumo do trabalhador em Fundo de Acumulação do Capital.

BIBLIOGRAFIA

REVISTA, Soc. Bras. Economia Política, São Paulo, nº 32, junho-2012: “A Superexploração da força de trabalho no Brasil”, Mathias Seibel Luce

REVISTA, Trab. Educ. Saúde, Rio de Janeiro, v. 11 n. 1, p. 145-166, jan./abr. 2013: “Brasil: nova classe média ou novas formas de superexploração da classe trabalhadora?” Mathias Seibel Luce

Boletim de Indicadores do Comércio. DIEESE, Agosto de 2012. Disponível em <http://www.dieese.org.br/esp/boletimIndicadoresComercio0812.pdf>. Consultado em Novembro de 2012.

Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílio - PNAD 2011. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Disponível em <http://www.ibge.gov.br/home/estatistica/populacao/trabalhoerendimento/pnad2011/default.shtm>. Consultado em Novembro de 2012.

MARINI, Ruy Mauro. O Ciclo do Capital na Economia Dependente. In: FERREIRA, OSORIO e LUCE. Padrão de Reprodução do Capital. Contribuições da Teoria Marxista da Dependência. São Paulo, Boitempo Editorial, 2012.

OSORIO, Jaime. A categoria da Superexploração da Força de Trabalho. Mesa-redonda. Salão Nobre do Instituto de Filosofia e Ciências Sociais da UFRJ. Rio de Janeiro, 17 de agosto de 2012. Disponível em <http://www.ufrgs.br/hedla/141/>. Consultado em Novembro de 2012.

UFRGS, Jornal da Universidade, Set. 2002 pág. 5 “Fisiologia pesquisa a dor e o estresse”.

VICTORA, Ceres Gomes. Pesquisa qualitativa em Saúde uma introdução ao tema, Tomus editorial. 2000.

Mc Dougall, Joyce. Em defesa de Certa anormalidade: teoria e clínica analítica. Porto Alegre. Artes Médicas. 1993.

BARRETO, Adalberto. Terapia Comunitária. Passo a Passo. Fortaleza. Gráfica LER.

UFRGS, Jornal da universidade Jan/Fev de 2013 “Férias sem estresse” (Capa) – Caderno JU pág. C4 “Trabalhador rastreado”.

LIPP, Marilda Novaes, Como Enfrentar o Estresse, Ícone Editora.

SIST / RS – Sistema de Informações em Saúde do Trabalhador – Sec. Saúde RS – Agosto – 2000/2013 www.sist.saude.rs.gov.br

Decreto Nº 40.222 de 2/08/2000 Institui o Sistema de Informações em Saúde do Trabalhador

Conselhos de Saúde Controle do SUS - Ministério da Saúde / Conselho Nacional de Saúde Brasília 2012 – 1ª Edição. www.saude.gov.br

REVISTA. Chega de Estresse! Editora Alto Astral – Ano 1 Nº 1 - 2012

REVISTA, Combater o Stress, vol. I e II, Reader's Digest, 1995.

REVISTA UFRGS, Análise Econômica, Faculdade de Ciências Econômicas, Ano 30, Nº Especial Desenvolvimento e Saúde, setembro 2012.

PROGRAMA “CUIDE-SE” - para a melhoria da qualidade de vida do trabalhador e prevenção do estresse. BANERJ -1998.

REVISTA PSI – Psicologia Social e Institucional, Vol. 2, nº 1, 2000, “Burnout: Um desafio à saúde do trabalhador”, Flávia Pietá Paulo da Silva.

REVISTA informação PUCRS Nº 161 Set/out 2012 pág. 37 “O lugar da Economia é na Saúde”.

CARTILHA, L.E.R. / D.O.R.T. CEREST Nordeste Passo Fundo – Centro de Referência em Saúde do Trabalhador - cerestnordeste@pmpf.rs.gov.br

REVISTA, Divulgação em Saúde para debate, nº 43 junho 2008 Rio de Janeiro CEBES (Centro Brasileiro de Estudos de saúde)

LIPP, Marilda Novaes, Programa Nacional de controle do Estresse do Banco do Brasil, 1992.

Sites de referência

<http://www.dieese.org.br/>

www.ufrgs.br/hedla

<http://www.ibge.gov.br/>

www.ismabrasil.com.br

www.saude.gov.br

www.sist.saude.rs.gov.br