

## IMPACTOS NA SAÚDE DOS OPERADORES EM TURNOS DE REVEZAMENTO EM UMA EMPRESA ESTATAL<sup>1</sup>

Impacts on the health of operators on shift work in a state company

Les impact sur la santé des opérateurs en tour de garde dans une entreprise de l'Etat

Impactos en la salud de los trabajadores en turnos de rotación en una empresa estatal

**Anna Flávia Ferreira Borges<sup>2</sup>**

<http://orcid.org/0000-0001-5047-443X>

Assistente Social, Mestre em Psicologia pela Pontifícia Universidade Católica de Goiás – PUC Goiás, na linha Psicologia Social do Trabalho e das Organizações. Membro do Grupo de Estudos e Pesquisas em Psicodinâmica do Trabalho da PUC Goiás. Faculdade Cidade Aparecida de Goiânia, Goiânia, Goiás, Brasil.

**Kátia Barbosa Macêdo<sup>3</sup>**

<http://orcid.org/0000-0001-9656-8079>

Psicóloga e psicanalista formada pela IPA *International psychoanalytic Association*, Pós Doutora pela UNICAMP. Professora Titular do Programa *Stricto Sensu* de Psicologia da Pontifícia Universidade Católica de Goiás – PUC e coordenadora do Grupo de Estudos e Pesquisas em Psicodinâmica do Trabalho da PUC Goiás. Pontifícia Universidade Católica de Goiás, Goiânia, Goiás, Brasil

**Simone Maria Moura Mesquita<sup>4</sup>**

<http://orcid.org/0000-0001-6898-4235>

Administradora, Doutora em Psicologia pela Pontifícia Universidade Católica de Goiás – PUC Goiás. Membro do Grupo de Estudos e Pesquisas em Psicodinâmica do Trabalho da PUC Goiás e Professora do Instituto Federal de Goiás – IFG. Instituto Federal de Goiás, Anápolis, Goiás, Brasil

### Resumo

Este artigo apresenta parte dos resultados de um estudo empírico que teve por objetivo investigar os impactos do trabalho em regime de turnos de revezamento. Trata-se de uma pesquisa de caráter descritivo exploratório, embasada teórica e metodologicamente na abordagem Psicodinâmica do Trabalho, realizada com um grupo de 12 (doze) trabalhadores de uma empresa estatal de energia elétrica ocupantes do cargo “operador de subestação e usinas hidrelétricas”, que desempenham atividades em turnos de revezamento. Para a coleta de dados da pesquisa foram desenvolvidas três sessões de discussão coletiva e um encontro para validação da pesquisa. Os dados foram examinados por meio da análise Clínica do Trabalho. Com base nos resultados, foi possível fazer constatações a

<sup>1</sup> Este artigo apresenta parte dos resultados da Dissertação de Mestrado da primeira autora, intitulada “O trabalho em turnos de revezamento em uma empresa estatal: uma análise em psicodinâmica do trabalho”, defendida em dezembro de 2017, sob a orientação da professora Dr.<sup>a</sup> Kátia Barbosa Macêdo. A citada dissertação contou com a contribuição da pesquisadora Dr.<sup>a</sup> Simone Maria Moura Mesquita na etapa de coleta e análise dos dados.

<sup>2</sup>[annaf.afb@gmail.com](mailto:annaf.afb@gmail.com)

<sup>3</sup>[katiabarbosamacedo@gmail.com](mailto:katiabarbosamacedo@gmail.com)

<sup>4</sup>[sihoedu@yahoo.com.br](mailto:sihoedu@yahoo.com.br)

respeito do trabalho em turnos, aliado à rotina rígida e burocrática dos trabalhadores estudados, a ocorrência de sofrimento por eles vivenciado, manifesto na dificuldade em conciliar trabalho e vida sociofamiliar, na sobrecarga doméstica, na dificuldade em se desligar do trabalho e nos riscos a que estão expostos pela profissão. De acordo com este estudo, o turno que mais impacta a saúde desses trabalhadores é o noturno, causando prejuízos evidenciados pelos sintomas de irritabilidade, desânimo, alterações de humor, dores de cabeça e cansaço, o que ocasiona estresse e depressão em alguns desses sujeitos.

**Palavras-chaves:** Jornada de trabalho em turnos; Impactos na saúde; Saúde do trabalhador.

---

#### Abstract

This article presents part of an empirical study's results which objective was to investigate the work impacts caused by shift work regime. It consists on a descriptive exploratory research, based theoretically and methodologically on the Work Psychodynamics approach, carried out with a group composed of 12 employees of a state-owned electric power company – "substation and hydroelectric power operators" – who perform their activities in shift work. For the research data collection, three collective discussion sessions and one meeting for validation were developed. Data were examined through the Clinical Work analysis. From the results, it was possible to conclude – regarding to shift work allied to the rigid and bureaucratic routine of the workers studied – the suffering experienced by them, manifested in difficulty of reconciling work and socio-family life; domestic overload; difficulty in detaching from work and the risks to which they are exposed by profession. It was found also that the shift that most impacts the workers' health is nocturnal, causing damages evidenced by the symptoms of irritability, discouragement, mood swings, headaches and fatigue, which causes stress and depression in some of them.

**Keywords:** Shift work; Impacts on health; Worker's health.

---

#### Résumé

Cet article présente part des résultats d'une étude empirique ayant pour but d'investiguer les impacts du travail en tours de garde. Il s'agit d'une recherche à caractère descriptif-exploratoire, basée théoriquement et méthodologiquement sur l'approche Psychodynamique du Travail, menée avec un groupe de 12 travailleurs d'une entreprise de l'Etat d'énergie électrique, occupants du poste « opérateur de sous-station et usines hydroélectriques » faisant des activités en tours de garde. Pour la collecte de données, on fit 3 sessions de discussions collectives et une rencontre pour valider la recherche. Les données furent examinées moyennant l'analyse Clinique du Travail. Basé sur les résultats, ce fut possible de constater, par rapport au travail en tours de garde, lié au quotidien rigide et bureaucratique des travailleurs analysés, l'occurrence de souffrance vécue par ces derniers, manifestée dans la difficulté à concilier travail et vie socio-familiale; la surcharge domestique; la difficulté à s'éteindre du travail et les risques auxquelles ils sont exposés par la profession. On constata que le tour de garde nocturne impacte le plus la santé de ces travailleurs, causant des pertes mises en évidence par les symptômes d'irritabilité, ennui, altérations d'humeur, maux de tête et fatigue, entraînant stress et dépression chez quelques-uns.

**Mots-clés:** Journée de travail en tours de garde ; Impacts sur la santé ; Santé du travailleur.

---

#### Resumen

Este artículo muestra parte de resultados de un estudio que objetivó investigar los impactos del trabajo en turnos de rotación. Se trata de un estudio de carácter descriptivo explorador, basado teórica y metodológicamente en el enfoque de la Psicodinámica del Trabajo, en un grupo de 12 trabajadores de una empresa estatal de energía eléctrica – sobre el cargo de “operador de subestación y centrales hidroeléctricas de actividades en turnos rotativos. Para la recolección de datos, se desarrollaron tres sesiones de discusión colectiva y un encuentro con el grupo investigado. Los datos se analizaron por medio del ‘análisis clínico del trabajo’. En base a los resultados, se constató que el trabajo en turnos, aliado a la rutina rígida y burocrática de los trabajadores y a los riesgos inherentes de ello, origina el sufrimiento manifiesto en la: dificultad de conciliar trabajo y vida sociofamiliar; dificultad al desligarse del trabajo después expediente. Se constató que el turno impactante a la salud de los trabajadores es el nocturno, perjudicando en síntomas de irritación, desánimo, alteraciones de humor, dolores de cabeza y cansancio, lo que ocasiona estrés y depresión en trabajadores.

**Palabras-clave:** Jornada de trabajo en turnos; Impactos en la salud; Salud del trabajador.

---

## INTRODUÇÃO

A sociedade capitalista contemporânea passa por várias transformações, ocorridas também no mundo do trabalho. Nesse contexto, pode-se afirmar que há um cenário bastante adverso para a classe trabalhadora, em que se verificam a precarização das relações de trabalho, a desregulamentação dos direitos sociais e a desvalorização do próprio trabalho.

No contexto liberal, a estabilidade monetária, as reformas fiscais, a privatização e a redução do custo do setor produtivo (com demissões coletivas, planos de desligamento voluntários, retrocessos quanto aos direitos sociais já conquistados e terceirizações) passaram a fazer parte do ambiente laboral. O neoliberalismo causou, assim, mudanças no mundo do trabalho, cujas consequências atingiram direta e indiretamente todas as categorias profissionais (Heloani, Macêdo, & Cassiolato, 2010).

Com efeito, as mudanças da sociedade capitalista exigiram, tanto das organizações quanto dos trabalhadores, ajustes significativos na realização de suas atividades, por exemplo, nas formas e modalidades como o trabalho passou a ser organizado, as quais merecem atenção em especial após o período de globalização e o advento da tecnologia. Como uma das alterações das formas e modalidades de trabalho pode-se citar o trabalho em turnos e noturnos.

Para que a população tenha à sua disposição todos os serviços e produtos em diferentes horários há um contingente de pessoas que exercem suas atividades fora dos horários ditos usuais. De acordo com Fischer (2004), esse tipo de organização do trabalho, originalmente restrita aos serviços essenciais, como aqueles relacionados à saúde e à segurança, introduziu-se de forma mais importante nas sociedades devido às características dos processos contínuos de produção.

Não há como negar a existência de uma “sociedade 24 horas”, a qual depende de vasto número de trabalhadores expostos a riscos psicossociais do trabalho com potencial de causar danos físicos, biológicos, sociais e mentais (Fischer, Moreno, & Rotenberg, 2004).

São vários os trabalhadores que modificaram seus ritmos de vida para atender à demanda de trabalho posta pela sociedade capitalista. Algumas categorias de profissionais que trabalham em regime de turnos de revezamento são as de vigilantes, médicos, enfermeiros, técnicos de enfermagem, trabalhadores da área de energia elétrica, entre tantos outros. Para fins deste estudo, a categoria profissional que interessou e motivou a presente pesquisa foi a dos

trabalhadores da área de energia elétrica, denominados operadores de subestação e usina hidrelétrica.<sup>5</sup>

## **BREVE HISTÓRICO DO TRABALHO EM TURNOS**

O trabalho em turnos existe desde o início da vida social dos homens; atualmente, no entanto, além das motivações tecnológicas e econômicas, os turnos estão sendo ampliados de forma crescente em função de necessidades práticas e sociais da população (Costa, Morita, & Martinez, 2000).

Fischer (2004) aponta os relatos do surgimento do trabalho em turnos na sociedade. De acordo com suas pesquisas, principalmente tomando como base o estudo de Scherrer (1981), que relata alguns fatos ocorridos desde o Império Romano até a época atual, havia, durante o dia, nas ruas estreitas das cidades romanas, um grande congestionamento de mercadorias, camponeses, artesãos e outros profissionais, o que inviabilizava ou dificultava a circulação de veículos.

Devido a esse cenário, os imperadores Claudius e Marcus Aurelius, tanto na Itália como em todas as cidades do Império, proibiram a circulação de carroças, cavalos e mercadorias durante o período diurno. Tais proibições levaram os trabalhadores a desenvolverem o seu trabalho no horário noturno, perturbando o próprio sono e o das pessoas que residiam em ruas de grande movimento (Fischer, 2004).

Nessa época, uma das limitações para o trabalho noturno era a precária iluminação por lâmpada a óleo, que foi abandonada em 1800, quando surgiu a iluminação a gás e, após, a querosene (metade do século XIX). Ao final do século XIX, mais precisamente em 1879, Thomas Edison inventou a lâmpada elétrica, tornando possível estender a jornada de trabalho para os horários noturnos (Fischer, 2004).

No Brasil, conforme dados obtidos pelo recenseamento demográfico, há 44.820 mil trabalhadores que laboram entre 40 e 44 horas semanais. No entanto, 11.486 mil trabalham entre 45 e 48 horas e outros 9.787 mil dedicam 49 horas ou mais por semana às suas atividades laborais. Esses dados permitem inferir que eles exercem sua jornada de trabalho muito além do

---

<sup>5</sup> Nome da ocupação, segundo o contrato de trabalho. São profissionais com formação em eletrotécnica, capacitados em treinamento específico pela empresa estudada, que desempenham atividades em regime de turnos de revezamento em usinas e subestações. O Manual do Operador Nacional do Sistema Elétrico (ONS), norteador das atividades e dos perfis desses profissionais, traz a nomenclatura de 'operadores de sistema e instalações'. Nas ocasiões em que os Manuais são referenciados e a nomenclatura será adotada.

horário comercial, compreendido entre 8h e 17h, estendendo a sua atividade laboral para horários noturnos (IBGE, 2015).

A seguir, descrevem-se alguns dos prejuízos causados à saúde do trabalhador devido ao desenvolvimento da sua atividade laboral em turnos.

### **Prejuízos na Saúde dos Trabalhadores de Turnos**

Os danos à saúde do trabalhador em turnos podem ser de diversas ordens, desde os ligados aos aspectos físico (adaptação aos ritmos biológicos do organismo) e mental até aqueles associados à sua vida pessoal, familiar e social.

Com efeito, os trabalhos em turnos e o noturno interferem em todas as dimensões à medida que alteram a homeostase fisiológica (ritmos circadianos,<sup>6</sup> hábitos de sono e alimentares), diminuem a eficiência do desempenho, prejudicam as relações familiares e sociais e deterioram as condições de saúde, causando, particularmente, transtornos do sono, gastrointestinais, neuropsíquicos e cardiovasculares (Costa, 1996, 2004; Harrington, 1978; Waterhouse & Minors, 1992).

Homens e mulheres são seres biologicamente habilitados para entrar em vigília durante o dia, já que normalmente estão ativos nesse período e dormem à noite. Essa resposta natural é determinada pela oscilação regular das funções corporais (ritmos circadianos) que, em geral, mostram níveis mais elevados durante o dia e mais baixos à noite. Essa ritmicidade é controlada por um forte oscilador endógeno (relógio biológico), influenciado por fatores ambientais (*zeitgebers* ou sincronizadores) como o ciclo de sono/vigília, atividade produtiva, horários de refeições, tempo e intensidade de exposição à luz (Costa, 2004).

Nas empresas e instituições onde há trabalho em turnos contínuos, ou seja, durante 24 horas ininterruptas, sete dias por semana, ao longo de todo o ano, decorrentes da necessidade de manutenção de processos produtivos ou da prestação de serviços, há usualmente múltiplos fatores de risco presentes no âmbito do trabalho (Fischer *et al.*, 2004).

Dito isso, demandam especial atenção os problemas de saúde (física, mental e social) aos quais esses trabalhadores estão expostos ao realizarem as suas atividades laborais em regime de turnos, seja em escala de revezamento ou não.

---

<sup>6</sup> Ritmos circadianos ou ciclo circadiano: período de um dia (24 horas) no qual se completam as atividades do ciclo biológico dos seres vivos. Uma das funções desse sistema é o ajuste do relógio biológico, controlando o sono e o apetite.

Dessa forma, o presente estudo teve por objetivo investigar, a partir das categorias da Clínica Psicodinâmica do Trabalho, os impactos do trabalho em regime de turnos de revezamento e como esse regime pode interferir nas esferas familiar e social, bem como na saúde dos operadores de subestações e usinas.

## MÉTODOS

A presente pesquisa se trata de um estudo qualitativo de caráter descritivo exploratório, embasado teórica e metodologicamente na abordagem Psicodinâmica do Trabalho (PDT), preconizada pelo psiquiatra, médico do trabalho e pesquisador francês Christophe Dejours. O estudo ora descrito foi realizado com um grupo composto por doze trabalhadores (sendo onze do sexo masculino e uma do sexo feminino) de uma empresa estatal de energia elétrica localizada na região Centro-Oeste do País, que desempenham suas atividades em regime de turnos de revezamento. A faixa etária dos participantes variou de 38 a 51 anos, enquanto o tempo de empresa oscilou de oito anos a trinta anos.

Conforme enunciado, utilizou-se como base teórica e metodológica a Clínica Psicodinâmica do Trabalho, pautada nas obras de Dejours (autor e precursor do método) e nas contribuições de outros pesquisadores que utilizam a referida abordagem.

Em pesquisas pautadas na PDT não basta somente a observação, faz-se necessária a escuta daqueles que executam a atividade, bem como a qualidade das relações entre os envolvidos possibilitada pelo trabalho, pois o entendimento do real do trabalho não é evidente (Dejours, 2015; Fleury, 2013; Fleury & Macêdo, 2015; Rossi, 2012).

Dessa forma, a Psicodinâmica do Trabalho tem a palavra como mediador privilegiado dessas relações e é sobre ela – a palavra – que se baseia o seu trabalho. Nesse sentido, Dejours (2015, p. 204) ressalta a necessidade de compreender a fala como um “ato que implica ato de pensar, que é preciso distinguir da atividade de pensar, no sentido que lhe dão os cognitivistas”.

A técnica de coleta de dados utilizada foi uma entrevista semiestruturada, elaborada especialmente com o propósito de responder aos objetivos da pesquisa que resultou no presente artigo. Foram realizados três encontros coletivos e um encontro de restituição para validação da pesquisa, com duração de aproximadamente duas horas cada, totalizando oito horas de fala e escuta coletiva. Todas as entrevistas foram gravadas e, posteriormente, transcritas na íntegra. Em seguida, foram submetidas à análise de três pesquisadores, entre eles um psicanalista, conforme preconizado pelo método.

Destaca-se que a pesquisa resultante deste estudo foi submetida e aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Pontifícia Universidade Católica de Goiás (CEP/PUC-Goiás), de acordo com o parecer nº 1.870.532, de 16 de dezembro de 2016. Os participantes foram informados e esclarecidos sobre o caráter voluntário de sua participação. Seus nomes foram preservados em respeito ao compromisso de sigilo assumido com os profissionais mediante a assinatura dos Termos de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Por esse motivo, as falas dos trabalhadores apresentadas neste artigo serão feitas por meio de códigos, de forma a resguardar e preservar a identidade dos pesquisados.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Esta etapa traz os dados pertinentes à organização do trabalho e o sentido negativo do trabalho considerando as respostas dos operadores durante os encontros coletivos.

Dejours, Abdoucheli e Jayet (2014) entendem por organização do trabalho a divisão de tarefas entre os operadores, as repartições, as cadências e o modo operatório prescrito. Por outro lado, tem-se a divisão de homens: repartição das responsabilidades, hierarquia, comando, controle etc. A organização do trabalho é vista, antes de tudo, como uma relação socialmente construída, e não somente em sua dimensão tecnológica (Dejours, Dessors, & Desriaux, 1993).

A organização do trabalho refere-se a duas dimensões distintas (Molinier, 2013):

- a) a divisão técnica do trabalho dispõe sobre o que deve ser realizado e como deve ser feito (indicando modalidades, ferramentas, procedimentos, quais meio e máquinas, tipo de competências) etc.;
- b) as relações socioprofissionais que englobam a divisão social e hierárquica do trabalho estabelecem as normas de comando e de coordenação, os graus de responsabilidade e autonomia e tudo o que se destaca na avaliação de trabalho.

A maneira como essas dimensões são estabelecidas e se são elas rigidamente cumpridas em determinada organização podem definir se o trabalho irá favorecer a alienação, a construção de defesas patológicas, o sofrimento e o adoecimento ou se possibilitará a emancipação, a construção de defesas de adaptação, a criatividade, o reconhecimento e o fortalecimento da identidade (Fleury & Macêdo, 2012).

O grupo analisado, composto por doze trabalhadores, organiza-se hierarquicamente com um coordenador do grupo de trabalho e um gerente. Este, a fim de deixar o grupo à vontade para participar dos encontros coletivos, não participou da pesquisa, portanto, não foi contabilizado entre os participantes. Para a realização das tarefas em um turno de trabalho é

necessário que haja dois trabalhadores (uma dupla fixa de trabalho). Ademais, cada turno tem um chefe e geralmente o operador com mais tempo de empresa assume essa função, responsabilizando-se pelo turno de trabalho.

As respostas pertinentes foram categorizadas em “condições de trabalho”, “tarefas” e “impactos na saúde do trabalhador” e são apresentadas e analisadas a seguir.

### **Condições de Trabalho e Tarefas**

Por condição de trabalho são compreendidas as pressões físicas, mecânicas, químicas e biológicas do posto de trabalho. Afirmam Dejours *et al.* (2014) que as pressões ligadas às condições de trabalho têm como alvo principal o corpo dos trabalhadores, sujeito a desgaste, envelhecimento e doenças somáticas.

No real do trabalho, dentre as tarefas desempenhadas pelo grupo investigado se destacam realizar manobras, inspecionar equipamentos, registrar as ocorrências de anormalidades ou de eventos durante o turno, além de atuar em distúrbios e anormalidades no setor elétrico.

Para atender a demanda do setor elétrico, a instituição pesquisada funciona 24 horas por dia, durante todos os dias do ano. Cada turno de trabalho é composto por dois trabalhadores, que atuam em turnos de oito horas, com escala de trabalho organizada durante seis dias consecutivos, sendo dois dias matutino/vespertino (no horário compreendido entre 06:30 e 14:30), dois dias vespertino/noturno (14:30 às 22:30) e dois dias noturno/matutino (22:30 às 06:30), seguidos de uma folga de quatro dias, conforme acordo coletivo de trabalho, obtido em negociações do sindicato dos trabalhadores junto à empresa.

Quando abordados os termos “condições de trabalho”, os operadores livremente colocaram algumas questões pertinentes à temática pesquisada. No que diz respeito à acústica da sala de supervisão e controle central,<sup>7</sup> alguns deles expressaram que ela causa muito incômodo, consoante suas falas:

O.11: Sensação física que me irrita muito hoje na sala de controle é o desconforto do ambiente de trabalho, é muito doído para mim... A sala para mim é extremamente barulhenta, ela não tem conforto térmico, ela não tem conforto visual, ela não tem iluminação adequada.

---

7 A sala de Supervisão e Controle Central é o “coração” da usina/subestação, onde é feita a supervisão e o controle de todos seus equipamentos e sistemas em turnos ininterruptos de revezamento, 24 horas por dia.



O.2: A gente passa por pressões de trabalho, pressões de condições adversas, como ele mesmo falou de ruído.

O.11: Eu passei oito horas uma vez na sala de controle com ruído, betoneira, pessoal furando piso, ruído infernal, e aquilo me deixou tão nervoso durante o dia.

Como a atividade desempenhada pelos operadores ocorre de forma ininterrupta, ou seja, vinte e quatro horas por dia, sete dias por semana, tudo que acontece na sala (reformas, trocas de equipamentos etc.) dá-se, concomitantemente, com os operadores trabalhando. Os barulhos apresentados nos discursos também se relacionam aos ruídos dos equipamentos localizados na sala de controle e até mesmo no campo, nos locais onde os operadores também realizam o seu trabalho.

Essas queixas aparecem também no estudo de Silva, Marqueze, Rotenterg, Fischer e Moreno (2012), realizado com a mesma categoria de trabalhadores, que identificou descontentamentos pertinentes ao desconforto térmico e aos ruídos dentro da sala de controle.

Devido à característica de o trabalho dos operadores ocorrer em turnos de revezamento, um trabalhador apontou a falta de continuidade das tarefas, o que foi ratificado por outros membros do grupo. O desejo de ver o resultado do trabalho, ou seja, o trabalho concluído, é algo de que sentem falta:

O.9: O que me incomoda aqui durante o turno onde eu trabalho é a falta de ter uma continuidade das atividades. Às vezes, a gente pega uma atividade que hoje foi atribuída pra gente fazer, para os turnos fazerem [...]. Aí, um começa o outro não sabe até onde o outro foi, não sabe se é para fazer ou não é, e a cobrança chega.... Isso é uma coisa que me incomoda muito.

O trecho de discurso apresentado acima indica que os operadores precisam trabalhar em cooperação ou em compartilhamento de tarefas. No entanto, a organização do trabalho em turnos não possibilita essa interação entre os membros do grupo em virtude de sua organização: os operadores trabalham somente em duplas. Desse modo, trata-se de um trabalho que nunca reúne toda a equipe de trabalho, a exceção de convocações para reuniões gerenciais, que acontecem a cada dois meses.

Observa-se também, na fala do trabalhador, que existe dificuldade em visualizar e acompanhar o resultado do seu trabalho, visto que uma equipe inicia uma atividade e a outra precisa dar-lhe sequência, considerando a realidade do trabalho ininterrupto. A depender de como está definida a escala de trabalho, um operador que finaliza sua jornada (composta de seis dias consecutivos, seguidos de quatro dias de folga) não tem, quando do seu retorno ao trabalho, como acompanhar a conclusão daquela tarefa por ele iniciada.

Percebeu-se, ainda, que a cooperação existe entre os membros do grupo investigado, fato que pode ser observado na fala de O.9, indicando que ela ocorre como resultado da comunicação entre os operadores. Isso acontece apenas por meio de um livro de registro, onde eles relatam quais atividades aconteceram em seu turno de trabalho. Para se inteirar do trabalho dos turnos anteriores é necessário ler os registros efetuados no livro, que fica permanentemente na sala de controle. Ressalta-se que gera incômodo, em alguns operadores, a falta de visualização do resultado do seu trabalho.

Marx elaborou o conceito de estranhamento do trabalhador em relação ao seu trabalho, pontuando que no ato de produção, o trabalhador não se reconhece em seu trabalho e vê a sua própria atividade como estranha, como se não lhe pertencesse (Marx, 2010 *apud* Montalvão, 2018).

### **Riscos no Trabalho como Operador de Turnos**

Em relação à organização do trabalho em turnos vivenciado por operadores de usinas e subestações, os riscos indicados pelos participantes foram: trabalho em horários não usuais; jornadas de trabalho alternantes, sem horários fixos (o que dificulta ao organismo uma adaptação do ciclo circadiano); trabalho burocrático, seguindo manuais e normas, estando expostos a situações adversas; quando estão na sala de controle, estão expostos a barulhos e ruídos, quando no campo, ao sol, ao calor e à chuva; e, somados às condições acima descritas, ainda há a pressão do tempo de ação (em que os trabalhadores têm de dois a três minutos para restabelecerem o sistema diante de uma anormalidade). Desse modo, pode-se afirmar que há consenso entre os trabalhadores desse grupo sobre os riscos físicos e mentais a que estão expostos ao realizarem a sua atividade laboral, pois operam equipamentos de alta tensão. A grande preocupação, ou a maior parte dela, refere-se à segurança da vida dos colegas de trabalho, como observado nas falas a seguir:

O.7: O tipo de serviço que a gente faz tem que ter um certo cuidado. Porque tem risco de equipamento, risco de vida humana... Então, assim, se você der uma bobeira ali, três pessoas vão se machucar ou morrer... E aí a responsabilidade é muito grande, exige de muita gente no campo em que a vida dessa pessoa é responsabilidade nossa.

O.3: Se eu deixo de fazer minha parte, eu comprometo meu colega que possivelmente vai passar por aquele ambiente que eu deixei de identificar uma situação perigosa e vou colocar em risco a vida dele. E não só falando entre a operação. Se a manutenção deixa de fazer a parte dela, também coloca em risco a vida de outras pessoas.

O.7: Está pegando ali um painel, abrindo painel, pondo a mão no equipamento para testar, e aí corre o risco de sofrer o acidente [...]. Porque a hora que você vê o colega acidentado aí é difícil.

O.2: Depois de 20 anos... ter perdido alguns amigos, a profissão nossa, ela vislumbra guardar, guardar muito, salvaguardar as vidas, a integridade tanto nossa quanto dos amigos... Isso é um sofrimento pra mim até hoje lembrar dos que se foram, *morreram no trabalho*. (grifos nossos).

Como expressam os trabalhadores, o risco de morte a que estão expostos em razão da natureza do seu trabalho gera um sofrimento irreparável em virtude da realidade dos acidentes que por vezes ocorrem, mesmo com a observância de todas as normas de segurança. Durante os encontros coletivos, ao se lembrarem de situações em que perderam colegas em acidentes de trabalho, um trabalhador se emocionou e não conteve o sofrimento e as lágrimas.

Ainda em relação aos mencionados riscos, o grupo relatou outras diversas experiências em que é inevitável não se deparar com o sofrimento decorrente das atividades que executam. Esse sofrimento gerado pela organização do trabalho é relatado por Bouyer (2015) como um tipo específico de sofrimento social altamente patológico e capaz de produzir, por exemplo, distúrbios mentais, distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho (Dort), depressão maior e transtorno de ansiedade generalizada (Tag).

O Transtorno do Estresse Pós-Traumático (TEPT) surge em decorrência de um trauma vivenciado, ocorrido após vivência pessoal ou testemunho de grave ameaça à vida ou acidentes de trabalho. Ressalta-se que esses traumas podem levar a distintos desenvolvimentos psicopatológicos manifestados no sono e no corpo do trabalhador, como tremores, palpitações e distúrbios digestivos, acompanhados de sensações agudas de medo, conforme Seligmann-Silva (2016). Esses traumas foram percebidos nas falas de alguns trabalhadores ao longo do desenvolvimento da pesquisa.

Nesse contexto, os operadores, ao lidarem com uma situação de acidente no trabalho, precisam continuar desempenhando as suas atividades. No entanto, essa aparente “normalidade” na continuidade da execução das tarefas não indica ausência de sofrimento, mas sim a utilização de estratégias defensivas que atuam como uma proteção mental, uma armadura contra aquilo que o faz sofrer (Dejours, 2007).

Há uma grande dificuldade na definição de condutas e procedimentos estruturados para a investigação e o acompanhamento terapêutico dos trabalhadores com sofrimento mental relacionado ao trabalho. Conforme Merlo (2016), contribuem para essa grave situação a complexidade do desenvolvimento dos distúrbios psíquicos e as dificuldades para realizar-se diagnósticos diferenciais e estabelecimento da sua relação com o trabalho.

A realização da pesquisa com esse grupo de trabalhadores permitiu observar, além dos sintomas apresentados na Figura 1 deste artigo, prejuízos na saúde relatados pelos participantes, expressos nos sintomas de fadiga, estresse e depressão. Tais achados corroboram com o estudo empreendido por Silva *et al.* (2012), realizado com a mesma categoria profissional, em que as principais patologias identificadas foram: colesterol alto; lesão nas costas; hipertensão arterial; e distúrbios emocionais ligeiros (depressão leve, estresse, ansiedade, insônia).

### **Impactos na Saúde dos Trabalhadores nos Turnos Investigados**

Os trabalhadores criaram um termo e sua respectiva sigla para expressarem os efeitos negativos que o trabalho em turnos, especialmente o noturno, causa em sua saúde: a “Tensão Pré/Pós-Turno da Noite (TPTN)”. Os trechos abaixo comprovam a ocorrência dessa tensão:

O.11: Operador tem TPTN – Tensão Pré/Pós-Turno da Noite. Eu fico muito irritado. Completar os seis dias e terminar com duas noites. Primeiro dia de folga é o dia grande de irritação, qualquer coisa me tira do sério.

O.8: O que acontece comigo além do que falou é o desânimo. No primeiro dia (folga) não quero fazer nada... Cansaço, mas se aparecer alguma coisa você faz uma atividade, mas a vontade é de fazer nada e nem comer às vezes.

O.5: O primeiro dia de folga, se você for conversar comigo, eu não estou com paciência, humor... é horrível... Demoram uns dois dias para voltar ao normal... O turno da noite faz esse efeito negativo com todos.

O.6: Quando eu trabalhava, principalmente segunda noite, eu tinha dores de cabeça; sono ficava todo picado, não dormia continuamente.

O.3: Então você chega em casa, não dorme de manhã, às vezes não dorme à tarde ou mal dá uma cochilada. Então chega no final do dia, a cabeça está pesada, é perceptível que o sono, suas horas de sono, fazem falta naquele momento; a cabeça começa a ficar zozna. A partir do segundo dia de descanso, isso já começa a voltar ao normal. Esses são reflexos desse trabalho.

Os trechos acima transcritos das falas dos trabalhadores são convergentes com o resultado de outro estudo sobre o trabalho em turnos, no qual os autores ressaltam que, ao se inverter o padrão normal de sono, o ritmo biológico fica alterado, o que equivaleria a viver em sentido oposto ao funcionamento cronobiológico do organismo (Verdier, Barther, & Quéinnec, 2004).

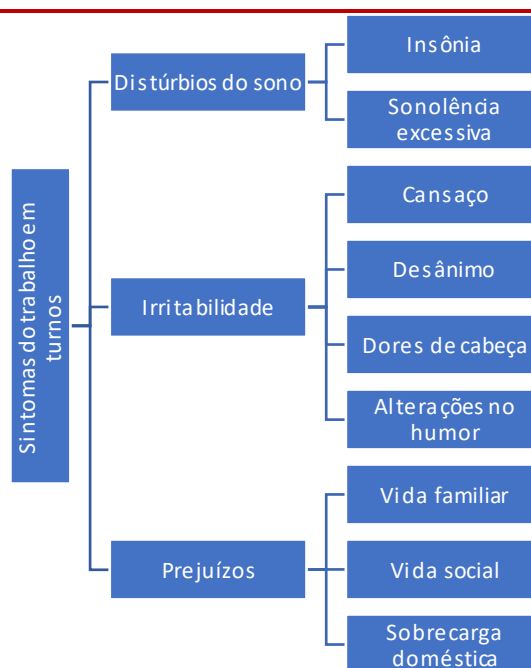
Ao explicitarem as necessidades relativas ao sono, pesquisas ressaltam que elas são distintas de um indivíduo para o outro e, portanto, dormir 7 horas a cada 24 horas pode ser suficiente para uma pessoa, mas não para outra. Consoante Fischer *et al.* (2004), isso ocorre

porque o padrão de duração do sono da espécie humana apresenta frações de sono e vigília distintas entre os indivíduos.

Entretanto, independentemente das diferentes necessidades de duração desse repouso, é inegável que as perturbações e privações de sono impactam a saúde do trabalhador, pois, além de terem influência na dessincronização dos ritmos circadianos e na síndrome do *shift-lag*,<sup>8</sup> o que interfere no âmbito mental, são, em longo prazo, capazes de produzir transtornos severos e persistentes no próprio sono, fadiga crônica e síndromes psiconeuróticas (tais como ansiedade e depressão crônica) que, com frequência, podem exigir tratamento com agentes hipnóticos ou psicotrópicos (Costa, 2004).

A Figura 1 foi elaborada com base nos relatos dos participantes, elucidando as principais queixas dos trabalhadores, que impactam a sua saúde em virtude do trabalho que desempenham em turnos de revezamento.

Figura 1 – Prejuízos na saúde dos operadores em turnos de revezamento investigados



Fonte: elaborada pelas autoras (2018).

Denota-se que as principais queixas dos trabalhadores em decorrência do trabalho em turnos foram: distúrbios do sono (insônia e sonolência excessiva), irritabilidade, cansaço, desânimo, dores de cabeça, alterações no humor, seguidas das queixas que retratam os prejuízos

<sup>8</sup> Síndrome do *shift-lag*: caracterizada por sensações de mal-estar, fadiga, sonolência, insônia, náuseas e dispepsia, irritabilidade, prejuízo da agilidade mental e deficiência do desempenho em geral.

ocasionados por esse regime temporal de trabalho, prejuízos que também impactam diretamente a vida familiar e social dos trabalhadores, tratada no item a seguir.

### **Impactos na Vida Familiar e Social – sobrecarga doméstica**

As queixas quanto aos impactos do trabalho em turnos na vida familiar e social dos sujeitos pesquisados aparecem como as mais relevantes, mais até do que as relacionadas aos problemas biológicos. Tais impactos familiares e sociais são a principal causa de má-adaptação ao trabalho em turnos, exercendo, ainda, grande influência no desenvolvimento dos transtornos psicossomáticos (Costa, 2004). Os trechos a seguir trazem relatos dos prejuízos que essa modalidade de trabalho causa na esfera familiar e social:

O.8: O pior é a questão de trabalhar no final de semana, principalmente domingo, que tem as reuniões; os eventos sociais ocorrem nos finais de semana; isso é um transtorno, eu venho contrariado, a gente vem trabalhar contrariado.

O.3: O fato de não poder participar de um evento que eu gostaria de estar. O fato de você não poder participar no dia do aniversário da minha esposa, o fato de eu não poder estar no dia do aniversário do meu filho. Um dia comemorativo com familiar qualquer. Então isso me incomoda muito.

Verdier *et al.* (2004) afirmam que o reconhecimento do caráter restritivo e da especificidade do trabalho em turnos e do noturno é uma das condições determinantes da aptidão dos trabalhadores para enfrentar o estresse gerado pelos horários não usuais ou noturnos. Os autores acrescentam que o ambiente familiar do trabalhador contribui para agravar ou reduzir essas dificuldades.

No âmbito social, os problemas sociais vividos pelos que trabalham em turnos, particularmente durante a noite, relacionam-se a um cotidiano essencialmente diferente do restante da sociedade, como a distribuição temporal de suas atividades. A depender do tipo de esquema de turnos, esses trabalhadores podem enfrentar dificuldades de convivência com familiares e amigos, além da relativa impossibilidade de participar de cursos ou outros compromissos regulares, caminhando para o isolamento social (Moreno *et al.*, 2003).

As vivências de sofrimento são ocasionadas pela incompatibilidade dos horários de trabalho em turnos com a rotina da família que, normalmente, segue o padrão da sociedade, cujas atividades são organizadas, na maioria das vezes, em conformidade com o padrão comercial de trabalho.

Tal incompatibilidade impacta, portanto, o ciclo da atividade social, que corresponde a um conjunto de sincronizadores sociais, tais como horários de trabalho, calendário escolar dos

filhos, atividades religiosas, enfim, atividades sociais que se repetem com periodicidade determinada e fazem parte da vida de qualquer pessoa.

Para um indivíduo que trabalha durante o dia e chega a dormir à noite isso não se constitui um problema; no entanto, para quem inverte os horários de trabalho, os compromissos familiares e sociais frequentemente são incompatíveis (Moreno, 1998).

Costa (2004) corrobora com esse pensamento ao enfatizar que pessoas engajadas no trabalho em turnos muitas vezes não conseguem acompanhar as diversas atividades comuns na sociedade, programadas de acordo com os ritmos da população em geral e orientadas pelo dia. Por isso, podem enfrentar dificuldades e restrições em suas vidas sociais.

Além das questões familiares e sociais pontuadas, foi, ainda, objeto de discussão a sobrecarga de atividades domésticas que às vezes acabam recaindo sobre o trabalhador durante os períodos que estão em casa ou, até mesmo, nas folgas.

Vale dizer que a incompatibilidade de horários reflete igualmente na sobrecarga de atividades domésticas à medida que os operadores, quando estão escalados para o turno da manhã (das 06:30 às 14:30) ou para o turno da tarde (das 14:30 às 22:30), têm a tarde ou a manhã livres, respectivamente, que acabam sendo ocupadas com atividades domésticas. Ressalta-se que mesmo quando estão trabalhando no turno noturno (das 22:30 às 06:30), após chegarem em casa muitas vezes não dormem ou vão descansar diretamente, visto que também se ocupam das atividades domésticas, conforme as narrativas a seguir:

O.10: O fato de quando você está fora do turno, você acaba se sobrecarregando de uma série de coisas que outras pessoas não podem fazer. Já que todos os dias, a não ser que algo aconteça, você tem um pedaço do horário comercial para resolver uma série de problemas... Banco sou eu que vou porque sou eu que estou em casa, eu trato com o pedreiro porque sou eu que estou em casa. Por exemplo, o O.8 comentou: “eu trabalhei no turno ontem à noite, mas tenho que levar meu pai no médico. Se não estiver dormindo”. Mas acontece que ele não vai dormir por esse motivo.

O.4: Quando se fala também da doença, às vezes não é tanto causada pelo trabalho, e sim pelo excesso de coisas, de atividades que nós fazemos pelo fato da gente ter disponibilidade durante a semana no horário comercial. Então, não só na família que a gente gerou, mas sim um pai, tio, um parente, começa a falar e usar a nossa folga pra gente fazer outras atividades.

Muitos operadores relataram cansaço por excesso de tarefas desempenhadas fora do trabalho, nos horários livres e nos dias de folgas, situações em que acabam se cansando mais ou não descansando do trabalho. Desse modo, ao retornarem para o turno, já chegam exaustos.

Essas falas demonstram a dificuldade da família em compreender as perturbações causadas pelo regime em turnos de revezamento e em tentar “poupar”, à medida do possível, esse trabalhador, especialmente nos dias de folgas, para que, de fato, ele possa descansar da sua

jornada de trabalho durante um período. Por outro lado, percebeu-se que o próprio trabalhador busca, de alguma maneira, “compensar” os dias e períodos de ausência em razão do trabalho em turnos e acaba se sobrecarregando com atividades domésticas como forma de “redenção”.

Fischer (2004) já afirmava que o trabalho em turnos pode permitir o uso mais flexível das horas diurnas para atender às necessidades ou preferências individuais (isto é, acesso a serviços públicos, ao estudo, a um segundo emprego, a atividades solidárias), ou, ainda, dar mais prioridade à família ou às tarefas domésticas do que ao lazer pessoal. Tal situação foi constatada por esta pesquisa. Conforme os relatos mencionados, os trabalhadores se ocupam prioritariamente das atividades domésticas.

Nesse contexto, Fischer (2004) ainda constatou, em suas pesquisas, que uma grande parcela dos trabalhadores em turnos sofre com desconforto e mal-estar causados pelas jornadas de trabalho não diurnas, pois, além de provocarem a dessincronização interna dos ritmos biológicos, já alertada por este estudo, causam conflitos nas áreas social e doméstica. A autora afirma que o apoio familiar é muito importante para superar os “desencontros” dos horários de folga do trabalhador com sua família e amigos.

Não obstante os desafios ocasionados pela modalidade do trabalho em turnos, esses trabalhadores também estão sujeitos aos desafios encontrados no ambiente laboral. Dejours (2012) afirma que as dificuldades que os trabalhadores encontram no trabalho são transportadas para fora do ambiente profissional. Segundo o autor, o trabalhador fica irritado, descontente, cansado e desconta os reveses nos familiares, em especial no cônjuge e nas crianças. Ironicamente, para conseguir continuar e retornar à tarefa profissional, é preciso que seus familiares lhe deem apoio. Dejours (2012a) enfatiza que a cooperação do espaço doméstico é muitas vezes mais importante do que se possa imaginar para o sucesso da inteligência no trabalho. Observou-se, portanto, que o impacto do trabalho em turnos é maior quando o trabalhador possui família (marido/esposa e filhos) do que quando ele é solteiro, haja vista que com a família é preciso adequar seus horários de trabalho e suas folgas com a rotina dos demais membros da casa, enquanto o trabalhador solteiro consegue organizar melhor seus horários. Ressalta-se, enfim, que, de acordo com o já pontuado, não há como considerar o indivíduo que trabalha em turnos tão somente como alguém estritamente fisiológico. O empregador deve considerar o profissional como uma pessoa que não obedece exclusivamente a leis biológicas, visto ser ele um indivíduo que raciocina e evolui em um contexto social e que não pode ser fragmentado.

Sendo assim, é importante levar em consideração não só o ambiente sociofamiliar do trabalhador, mas também a realidade do trabalho, tanto em termos da tarefa quanto de custo



fisiológico e psicológico (Verdier *et al.*, 2004). Desse modo, outra situação constatada pela pesquisa como fonte de preocupação e sofrimento nos trabalhadores diz respeito aos riscos a que estão expostos no dia a dia de trabalho ao exercerem a sua função de operadores, o que será discorrido no item a seguir.

### **Sentido Negativo do Trabalho em Turnos**

Na concepção da Psicodinâmica do Trabalho, trabalhar também é suportar o sofrimento advindo do trabalho. Para lidar com esse sofrimento gerado pelas atividades profissionais os trabalhadores elegem estratégias, que podem ser individuais ou coletivas, na maioria das vezes inconscientes, a fim de conseguir desempenhar suas tarefas (Anjos, 2013).

Segundo Dejours e Bègue (2010), os trabalhadores elaboram estratégias de defesa, especialmente contra o sofrimento. As principais fontes de sofrimento no trabalho, consoante Dejours (2011), são: o entrave à inteligência criadora; a recusa generalizada da utilização necessária desta inteligência, sem a qual nenhuma organização do trabalho pode funcionar; e o não reconhecimento dos esforços e do custo, para os trabalhadores, do exercício dessa inteligência em termos de saúde.

Sobre o sentido negativo do trabalho em turnos, os trabalhadores em questão apresentaram aspectos nocivos advindos dessa modalidade de trabalho. Inicialmente, o primeiro fator colocado foi o trabalho repetitivo e monótono da profissão de operador, que causa tédio na maioria dos integrantes do grupo, aliado à dificuldade de desligar-se do trabalho após concluído o turno:

O.2: Eu demoro a me desligar do trabalho, da operação, esse é o trabalho da operação que eu sigo. Existe um lance muito grande na operação, que é a rotina!

O.11: Eu acho particularmente o serviço da operação extremamente maçante hoje; as rotinas da operação me incomodam muito, além do fato dessa rotina cansar muito. A rotina ela é altamente desgastante pra mim, hoje ela é mais desgastante.

O.3: Essa questão de o trabalho da operação ser rotineira não comunga muito bem com o meu perfil. Então essa coisa de fazer sempre a mesma coisa, de não ter o desafio constante do trabalho... A rotina de algo (o trabalho da operação) que não é efetivamente reconhecido.

As falas sobre a rotina burocrática, monótona repetitiva e mecânica, relatadas pelos participantes nos encontros coletivos, apontaram um dos indicativos que mais geram incômodo nesses trabalhadores, visto que eles não vislumbram desenvolver novas atividades que venham a demandar o uso de sua criatividade e inventividade.

O trabalho repetitivo é objeto de discussão desde 1950, com o estudo conhecido como “a neurose das telefonistas e das digitadoras”, desenvolvido por Le Guillant, como causa de possíveis doenças mentais. No estudo em questão, os distúrbios identificados foram: distúrbios do sono e distúrbios somáticos, distúrbios da esfera cognitiva e distúrbio do humor e do caráter (Molinier, 2013).

Segundo essa mesma autora, até os dias atuais o trabalho repetitivo, monótono e sob ritmo preestabelecido – idealizado de modo que a mesma sequência de gestos se repita a um ritmo sustentado, sem expectativas de muitas iniciativas por parte do trabalhador, é considerado um trabalho bastante nocivo sob uma perspectiva física e mental. Quando a engenhosidade é limitada pela organização do trabalho, o trabalhador começa a interessar-se por outras atividades, a maior parte delas sem remuneração, apenas “para subverter a alienação no trabalho, e isso desempenha um papel de um cordão para lembrar-se por onde começar, como introduzir e encorajar a sublimação” (Molinier, 2013, p. 209).

Nota-se, para além dos impactos à saúde e à vida familiar e social percorridos ao longo deste artigo, que os riscos a que esses trabalhadores estão expostos na realização das suas atividades laborais e o sentido negativo por eles relatados ao longo do desenvolvimento deste estudo são indicativos de que essa categoria profissional está exposta, sem embargo de dúvidas, a situações que impactam diretamente a sua física e mental.

## CONCLUSÃO

A pesquisa objetivou investigar os impactos do trabalho exercido pelos operadores de subestações e usinas hidrelétricas de uma empresa estatal que atuam, necessariamente, em regime de turnos de revezamento e como essa modalidade de trabalho pode interferir nas esferas familiar, social e na saúde dos trabalhadores. Utilizou-se o método de pesquisa preconizado por Christophe Dejours (2015): a Clínica Psicodinâmica do Trabalho.

A abordagem da Psicodinâmica do Trabalho mostrou-se adequada visto que permitiu a escuta dos problemas que impactam o processo de saúde mental dos trabalhadores investigados. Ademais, ela consegue alcançar, por meio da subjetividade, questões mais amplas, que só podem ser atingidas pelo recurso da fala, já que a PDT pleiteia a hipótese segundo a qual o trabalho não é redutível a uma atividade de produção no mundo objetivo.

A partir do levantamento bibliográfico realizado, verificou-se a escassez de publicações a respeito dessa categoria profissional. Silva *et al.* (2012) afirmaram que trabalhadores que

laboram em regime de turnos em centros de controle de sistemas são um grupo que tem recebido pouca atenção no Brasil.

As autoras afirmam, ainda, que as atividades realizadas em uma sala de controle são caracterizadas por significativas exigências mentais e psicossociais, tais como pressão do tempo de ação (em que os trabalhadores têm de dois a três minutos para restabelecer o sistema diante de uma anormalidade), responsabilidade, alta carga de trabalho, resolução de problemas, tomada de decisões, alto nível de concentração e necessidade de adaptação às novas tecnologias.

Ainda, a organização do trabalho concebida em regimes de turnos, em especial o turno noturno, gera efeitos negativos na saúde dos trabalhadores investigados, apresentando os seguintes sintomas: distúrbios do sono (insônia e sonolência excessiva), cansaço, desânimo, irritabilidade, dores de cabeça, alterações no humor, além dos impactos nos âmbitos familiar e social, bem como a sobrecarga de atividades domésticas.

Além dos impactos mencionados, este estudo identificou, no grupo pesquisado, as patologias fadiga, estresse e depressão. Tais achados corroboram com alguns dos resultados da pesquisa realizada por Silva *et al.* (2012), também com um grupo de operadores, quais sejam, a identificação de estresse e depressão.

É evidente que o tema não se esgota com a realização de um único estudo e que a continuidade de pesquisas com esta categoria de trabalhadores ainda tem muito a avançar. Acredita-se, entretanto, que o presente estudo contribuiu para que se conhecesse um pouco da realidade do trabalho dos operadores que desempenham as suas atividades em regime de turnos de revezamento, em usinas e subestações, bem como sobre o que se passa não só no ambiente de trabalho, mas, principalmente, no âmbito familiar, já que esse aspecto é indissociável da vida profissional como um todo. Como apontado por Dejours (2012), o trabalho transpõe qualquer limite atribuído ao tempo destinado à sua execução: ele mobiliza a personalidade do trabalhador por inteiro.

Como medidas de intervenção, este estudo sugere ampliar o olhar da área de saúde ocupacional a essa categoria de trabalhadores, que não podem ser avaliados como os demais funcionários de uma organização, visto que as condições de trabalho a que estão expostos divergem das dos que laboram em horários usuais.

Sugere-se o acompanhamento médico periódico com foco específico nos efeitos do trabalho em turnos, posto que exames periódicos são relevantes para a detecção de situações precoces de dificuldades no ajuste ou na tolerância ao trabalho desempenhado sob esse regime, o que pode demandar intervenções imediatas nos níveis organizacional, individual e familiar.

Recomenda-se, ademais, a continuidade da Clínica Psicodinâmica do Trabalho como forma de manutenção de um espaço de fala e escuta onde os trabalhadores possam encontrar alternativas coletivas para melhor lidar com as situações advindas da organização temporal do trabalho em turnos.

Esta pesquisa possui limitações que devem ser consideradas em razão da dificuldade em reunir todos os operadores da empresa, diante da característica do trabalho em turnos de revezamento. Avalia-se que, embora a duração das sessões coletivas tenha se dado de acordo com o que prevê o método em psicodinâmica, caso houvesse tempo hábil para mais encontros os trabalhadores certamente apresentariam outras importantes questões a serem trabalhadas.

## REFERÊNCIAS

- Anjos, F. B. (2013). Avaliação de desempenho. In: F. O. Vieira, A. M. Mendes, & R. C. Merlo. *Dicionário crítico de gestão e psicodinâmica do trabalho*. Curitiba: Juruá.
- Bouyer, G. C. (2015, abril). Sofrimento social e do trabalho no contexto da área “saúde mental e trabalho”. *Revista Psicologia e Sociedade*, 27(1), 106-119.
- Costa, G. (1996). The impact of shift and night work on health. *Applied Ergonomics*, 27(1), 9-16.
- Costa, G. (2004). Saúde e trabalho em turno e noturnos. In: F. M. Fischer, C. R. C. Moreno, & L. Rotenberg. *Trabalho em turnos e noturno na sociedade 24 horas* (pp. 79-98). São Paulo: Atheneu.
- Costa, E. S., Morita, I., & Martinez, M. A. R. (2000, abr.-jun.). Percepção dos efeitos do trabalho em turnos sobre a saúde e a vida social em funcionários da enfermagem em um hospital universitário do Estado de São Paulo. *Caderno de Saúde Pública*, 16(2), 553-555.
- Dejours, C. (2007). *A banalização da injustiça social* (7ª ed.). Rio de Janeiro: Fundação Getúlio Vargas.
- Dejours, C. (2011). Entre sofrimento e reapropriação: o sentido do trabalho. In: S. Lancman, & L. I. Szelwar (Org.). *Christophe Dejours: da Psicopatologia à Psicodinâmica do Trabalho*. 3. ed. Brasília: Paralelo 15/Rio de Janeiro: Fiocruz, 2011, p. 433-8.
- Dejours, C. (2012). *Trabalho Vivo 2: Trabalho e emancipação*. Brasília, DF: Paralelo 15.
- Dejours, C., Abdoucheli, E., & Jayet, C. (2014). *Psicodinâmica do trabalho: contribuições da Escola Dejouriana à análise da relação prazer, sofrimento e trabalho*. São Paulo: Atlas.
- Dejours, C., & Bègue, F. (2010). *Suicídio e trabalho: o que fazer?* Brasília, DF: Paralelo 15.

- Dejours, C., Dessors, D., & Desrioux, F. (1993). Por um trabalho, fator de equilíbrio. *Revista de Administração de Empresas*, 33(3), 98-104.
- Fischer, F. M. (2004). As demandas da sociedade atual: aspectos históricos do desenvolvimento do trabalho em turnos o mundo. In: F. M. Fischer, C. R. C. Moreno, & L. Rotenberg. *Trabalho em turnos e noturno na sociedade 24 horas*. São Paulo: Atheneu.
- Fischer, F. M., Moreno, C. R. C., & Rotenberg, L. (2004). *Trabalho em turnos e noturno na sociedade 24 horas*. São Paulo: Atheneu.
- Fleury, A. R. (2013). *O trabalho e a docência em uma instituição de ensino superior pública: o caso dos professores de Odontologia da Universidade Federal de Goiás* (Tese de Doutorado). Universidade Católica de Goiás, Goiânia.
- Fleury, A. R., & Macêdo, K. B. (2015). A Clínica Psicodinâmica do Trabalho: teoria e método. In: K. B. Macêdo. *O diálogo que transforma: a clínica Psicodinâmica do Trabalho* (pp. 95-134). Goiânia: Editora da PUC-Goiás.
- Harrington, J. M. (1978). *Shiftwork and health: a critical review of literature*. London: Her Majesty's Stationery Office.
- Heloani, R., Macêdo, K. B., & Cassiolato, R. (2010). O exercício da profissão: características gerais da inserção profissional do psicólogo. In: A. B. V. Bastos, & S. M. G. Gondim (Org.). *O trabalho do psicólogo no Brasil*. Porto Alegre: Artmed.
- IBGE – Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (2015). *Brasil em Síntese: Trabalho – horas trabalhadas*. Recuperado de: <https://brasilemsintese.ibge.gov.br/trabalho/horas-trabalhadas.html>.
- Merlo, A. R. C (2006). Sofrimento psíquico e atenção à saúde mental. In: K. B. Macêdo *et al.* (Org.). *Organização do trabalho e adoecimento – uma visão interdisciplinar*. Goiânia: Editora da PUC-Goiás.
- Molinier, P. (2013). *O trabalho e a psique: uma introdução à Psicodinâmica do Trabalho*. Brasília, DF: Paralelo 15.
- Montalvão, L. A. (2018). Marxismo e Psicodinâmica do Trabalho: aproximações possíveis. *Revista Trabalho (En) Cena*, 3(2), 65-79. Recuperado de: <https://sistemas.uft.edu.br/periodicos/index.php/encena/article/view/4947/13234>.
- Moreno, C. R. C. (1998). *Fragmentação do sono e adaptação ao trabalho noturno* (Tese de Doutorado). Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo, São Paulo.
- Rossi, E. Z. (2012). Método de pesquisa em psicodinâmica do trabalho. In: A. M. Mendes, A. R. C. Merlo, C. F. Morrone, e E. O. Facas. *Psicodinâmica e Clínica do trabalho* (pp. 113-114). Curitiba: Juruá.
- Seligmann-Silva, E. (2016). Saúde mental relacionada ao trabalho: as visões teóricas sob a pressão da precarização. In: K. B. Macêdo *et al.* (Org.) (2016). *Organização do trabalho e adoecimento – uma visão interdisciplinar* (Cap. 9). Goiânia: Editora da PUC Goiás.

- Silva, A. A., Marqueze, E. C., Rotenberg, L., Fischer, F. M., & Moreno, C. R. C. (2012). Shift works in electrical systems control rooms: job satisfaction and work ability. *Sleep Science*, 5(2), 49-55.
- Verdier, F., Barthe, B., & Quéinnec, Y. Organização do Trabalho em Turnos: concentrando-se na análise ergonômica ao longo das 24 horas. In: Fischer, F. M., Moreno, C. R. C., & Rotenberg, L. (2004). *Trabalho em turnos e noturno na sociedade 24 horas* (pp. 137-157). São Paulo: Atheneu.
- Waterhouse, J. M., & Minors, D. S. (1992). *Shifwork, health and safety. An overview of the scientific literature 1978-1990*. London: Her Magesty's Stationery Office.

