

PSICODINÂMICA DO TRABALHO E ATO DE CUIDAR: UM OLHAR PARA SAÚDE MENTAL DO CUIDADOR DE IDOSO

Josemar Santos de Matos¹; Tânia Maria Gomes da Silva².

¹Universidade Cesumar (UNICESUMAR), Maringá, Paraná. <https://lattes.cnpq.br/4977419847572716>

²Universidade Cesumar (UNICESUMAR), Maringá, Paraná. <http://lattes.cnpq.br/2422576075588207>

PALAVRAS-CHAVE: Cuidador de idoso. Psicodinâmica do Trabalho. Cuidado.

DOI: 10.47094/IICOBRAFIMES.2025/RE/33

INTRODUÇÃO

O cuidado de idosos em contextos institucionais envolve uma série de desafios aos profissionais que executam tal tarefa. Estes desafios são tanto de ordem emocional quanto organizacional e exigem ações integradas entre os diversos profissionais que atuam no setor, a fim de assegurar melhor qualidade do atendimento e bem estar dos envolvidos (Silva, 2021).

Segundo Minayo (2019), a tarefa de “cuidar” é extremamente complexa, e seu pensamento está alinhado com os estudos de Jesus et al. (2018); autores que reforçam a importância da qualificação contínua dos profissionais que atuam em instituições especializadas no cuidado de idosos. Isso porque o cuidado envolve momentos que podem ser bastante antagônicos, ora de prazer e gratificação, ora de sofrimento e angústia para quem o executa; a depender de uma série de condições (Mariano e Carreira, 2016).

A presente pesquisa tem como objetivo analisar como o sofrimento psíquico e o prazer vivenciados pelos cuidadores de idosos influenciam a qualidade do cuidado prestado. O estudo utiliza como referencial teórico a psicodinâmica do trabalho de Christophe Dejours (2004), que oferece uma compreensão profunda dos processos emocionais e psicológicos envolvidos no trabalho desses profissionais. O cuidado de idosos é uma atividade que, além de ser essencial para a saúde e o bem-estar dos pacientes, impacta diretamente a saúde mental e o equilíbrio emocional dos cuidadores, que enfrentam desafios constantes relacionados à sobrecarga física e emocional.

A psicodinâmica do trabalho de Dejours se destaca por integrar as dimensões psíquicas e sociais do trabalho, indo além das abordagens tradicionais que analisam as condições objetivas e externas da atividade laboral. Para Dejours, o trabalho não se resume a um conjunto de tarefas físicas ou materiais, mas envolve processos psíquicos complexos, que podem gerar tanto sofrimento quanto prazer. Esses dois elementos são interdependentes, e o sofrimento no trabalho pode ser visto como resultado de uma interação entre fatores subjetivos e objetivos. A teoria psicodinâmica também explora como os trabalhadores desenvolvem defesas psíquicas, como mecanismos de adaptação para lidar com situações estressantes e desgastantes, o que é particularmente relevante no contexto dos cuidadores

de idosos, expostos a altos níveis de estresse emocional (Fernandes, et al, 2022).

Ao aplicar essa teoria ao contexto dos cuidadores de idosos, esta pesquisa busca compreender a experiência subjetiva desses profissionais diante das exigências emocionais e psicológicas do trabalho, e como essas experiências influenciam sua saúde mental. Além disso, a pesquisa visa refletir sobre as políticas de promoção da saúde mental desses trabalhadores, um aspecto crucial para garantir não apenas o bem-estar dos cuidadores, mas também a qualidade do cuidado prestado ao idoso. A análise proposta, portanto, tem o objetivo de ampliar a compreensão sobre os fatores que afetam a saúde mental dos cuidadores de idosos.

OBJETIVO

O objetivo deste estudo é analisar como o sofrimento psíquico e o prazer vivenciados pelos cuidadores de idosos influenciam a qualidade do cuidado prestado.

METODOLOGIA

A metodologia adotada neste estudo é de natureza exploratória, qualitativa e teórico-reflexiva, com o objetivo de realizar uma análise crítica sobre o cuidado ao idoso, focando nas experiências de sofrimento psíquico e prazer vivenciadas pelos trabalhadores da saúde que atuam no cuidado de idosos institucionalizados. De acordo com Lima e Mito (2007) e Gil (2008), a pesquisa exploratória busca compreender fenômenos pouco investigados, permitindo uma reflexão aprofundada sobre questões específicas.

A análise foi conduzida por meio de uma revisão da literatura, selecionando estudos e autores relevantes para a compreensão dos aspectos emocionais e psíquicos envolvidos no cuidado a idosos, com base na psicodinâmica do trabalho de Christophe Dejours. Essa abordagem teórica oferece uma visão sobre os impactos emocionais do trabalho, especialmente em profissões com alta carga emocional, como o cuidado de idosos. A seleção dos estudos foi guiada pela relevância das contribuições para entender o sofrimento e prazer no ambiente de trabalho, conectando as teorias existentes com as experiências práticas dos cuidadores, com o objetivo de refletir criticamente sobre como essas experiências afetam a qualidade do cuidado prestado.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Para iniciar a discussão a partir da perspectiva da psicodinâmica do trabalho, compreender as causas e as implicações do sofrimento psíquico e do prazer vivenciados pelos profissionais de saúde que atuam no cuidado de idosos em uma instituição. Estudos indicam que esses profissionais enfrentam altos níveis de estresse e desgaste emocional devido à natureza exigente do trabalho, muitas vezes lidando com a fragilidade, dependência e morte dos idosos (Jesus, Orlandi, & Zazzetta, 2018). Esse sofrimento psíquico pode se manifestar em sintomas como ansiedade, depressão e burnout, impactando diretamente o comportamento e o humor do cuidador. Por outro lado, momentos de prazer, como o

fortalecimento de vínculos afetivos com os idosos, também são possíveis, mas exigem um equilíbrio delicado. Tais aspectos emocionais influenciam a qualidade do cuidado prestado, uma vez que cuidadores sobrecarregados ou emocionalmente comprometidos podem apresentar dificuldades em manter a paciência e a empatia, prejudicando a relação com os idosos e o bem-estar deles (Mariano e Carreira, 2016).

Mendes (1999) define o prazer no trabalho por dois fatores: valorização e reconhecimento. A valorização dá sentido e importância ao trabalho na organização e sociedade, enquanto o reconhecimento envolve ser respeitado, admirado e ter autonomia para expressar sua identidade. O sofrimento, por sua vez, é causado pelo desgaste, que resulta em fadiga e desinteresse pelo trabalho.

Dessa forma, infere-se que as condições de trabalho enfrentadas pelos cuidadores de idosos institucionalizados, como o excesso de demanda, a falta de suporte e a escassez de recursos, estão diretamente relacionadas à teoria psicodinâmica do trabalho desenvolvida por Christophe Dejours. Dejours analisa o impacto das condições de trabalho na psique do trabalhador, destacando como o sofrimento psíquico gerado por essas condições pode afetar não apenas a saúde mental dos trabalhadores, mas também a qualidade do cuidado prestado (CAPUCHO, et al, 2024).

A psicodinâmica do trabalho, segundo Dejours (Braga, 2022), analisa como condições de trabalho adversas, como excesso de demanda e falta de suporte, podem levar ao sofrimento psíquico dos trabalhadores que atendem idosos, afetando a qualidade do cuidado. A psicodinâmica do trabalho investiga a relação entre o trabalhador, suas atividades e o ambiente organizacional, revelando como a estrutura institucional e as relações de poder influenciam a saúde mental dos trabalhadores e, conseqüentemente, o cuidado aos idosos (Freitas, 2016).

O cuidado com idosos institucionalizados, o que exige atenção diferenciada e habilidades emocionais específicas (Silva Filha, 2023). Desse modo, é fundamental compreender como os profissionais interpretam e lidam com o sofrimento psíquico no contexto de seu trabalho. Além disso, é essencial reconhecer que fatores como regulação emocional e comprometimento são determinantes para a saúde mental desses trabalhadores, especialmente em instituições de longa permanência, onde as demandas emocionais são ainda mais exacerbadas (Mariano e Carreira, 2016).

No contexto dos cuidadores de idosos, o excesso de demanda pode ser compreendido dentro da perspectiva de Dejours como uma sobrecarga de tarefas que não encontra ressonância no reconhecimento ou na valorização do trabalho. Quando o trabalhador é submetido a uma quantidade de trabalho superior à sua capacidade, sem o devido apoio ou estrutura, isso gera um sentimento de impotência e desgaste emocional, resultando em sofrimento psíquico. O excesso de demanda, aliado à falta de suporte, pode levar ao esgotamento físico e emocional, manifestando-se em sintomas como burnout, ansiedade e depressão, afetando diretamente a saúde mental dos cuidadores, como acima mencionado (FRANÇA e MOTA, 2021).

É importante destacar que as experiências diárias dos trabalhadores da saúde apresentam um panorama multifacetado, no qual os desafios enfrentados afetam diretamente a qualidade do atendimento ao paciente. A pressão constante, a escassez de recursos e o contato frequente com situações de sofrimento humano são sem dúvida bastante desafiadores, mas podem também gerar momentos de gratificação e realização (Silva et al., 2022; Mariano e Carreira, 2016; Silva Filha, 2023; Martins e Gomes, 2020).

No entanto, a falta de suporte reflete a ausência de acompanhamento e apoio emocional ou institucional para os trabalhadores. Dejours (2004) aponta que a falta de suporte nas organizações de trabalho cria um ambiente onde o trabalhador se sente isolado e desamparado. Esse isolamento pode potencializar o sofrimento, pois o trabalhador se vê sozinho para enfrentar as dificuldades diárias do trabalho, sem a possibilidade de compartilhar suas angústias ou buscar ajuda para lidar com os desafios emocionais e psíquicos. Esse contexto de solidão e pressão aumenta a chance de desgaste psíquico, pois o cuidador sente que suas necessidades não são atendidas, nem no aspecto emocional, nem no material (CAPUCHO, et al, 2024).

O trabalho no setor de saúde é marcado por demandas emocionais e psicológicas intensas, que podem gerar sofrimento psíquico. A psicodinâmica do trabalho, conforme Dejours (2004), oferece uma compreensão das relações entre as exigências laborais e os impactos emocionais nos profissionais. Dessa forma, este estudo discute sobre as implicações e recomendações para promover o bem-estar dos trabalhadores cuidadores de idoso, destaca-se a importância da criação de programas de apoio emocional, formação contínua e melhorias nas condições de trabalho para trabalhadores que fazem o cuidado ao idoso.

A valorização e o reconhecimento profissional identificam-se como fatores essenciais para reduzir o sofrimento psíquico e promover um ambiente mais saudável e produtivo. A implantação de programas de apoio emocional e psicológico, como terapia individual, grupos de apoio e espaços de acolhimento, para reduzir o sofrimento psíquico. Assim, as instituições de saúde devem adotar essas recomendações, criando um ambiente que valorize os profissionais e promova sua saúde mental e emocional, garantindo a qualidade do cuidado prestado, conforme a pesquisa de Mariano e Carreira (2016).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O estudo destaca a importância de implementar ações institucionais que favoreçam um ambiente de trabalho saudável, priorizando a comunicação aberta, o apoio social e a participação ativa dos trabalhadores. Esses fatores são essenciais para reduzir o sofrimento psíquico e melhorar o bem-estar dos profissionais de saúde. A pesquisa também sublinha a relevância de programas de apoio emocional e psicológico, como terapia individual, grupos de apoio e espaços de acolhimento, como estratégias eficazes para mitigar o sofrimento psíquico entre os trabalhadores.

Outro ponto central do estudo é a valorização e o reconhecimento do trabalho, que

são fundamentais para atenuar o sofrimento psíquico. Profissionais desvalorizados tendem a apresentar maiores níveis de sofrimento, o que compromete não apenas seu bem-estar, mas também a qualidade do atendimento prestado aos idosos.

Sob a ótica da psicodinâmica do trabalho, o estudo evidencia como condições adversas de trabalho, como excesso de demandas e falta de suporte, podem resultar em sofrimento psíquico para os trabalhadores que atendem aos idosos, afetando diretamente a qualidade do cuidado oferecido. A psicodinâmica do trabalho investiga a relação entre o trabalhador, suas atividades e o ambiente organizacional, revelando como a estrutura institucional e as relações de poder influenciam a saúde mental dos profissionais e, conseqüentemente, o cuidado prestado aos idosos.

O excesso de demanda, combinado com a falta de suporte, pode resultar em esgotamento físico e emocional, manifestando-se em sintomas como burnout, ansiedade e depressão. Esses fatores impactam diretamente a saúde mental dos cuidadores e, por extensão, a qualidade do cuidado. Dejours aponta que a falta de suporte nas organizações de trabalho cria um ambiente onde o trabalhador se sente isolado e desamparado, o que potencializa o sofrimento, pois o profissional se vê sozinho para enfrentar as dificuldades diárias sem a possibilidade de compartilhar suas angústias ou buscar ajuda para lidar com os desafios emocionais e psíquicos.

Esses resultados indicam que é essencial a adoção de estratégias institucionais que proporcionem apoio psicológico contínuo e que favoreçam a valorização do trabalho, a fim de reduzir os impactos negativos sobre a saúde mental dos profissionais de saúde e garantir um cuidado de qualidade aos idosos.

REFERÊNCIAS

BRAGA, André Luiz Franco. **Sofrer no trabalho é “normal”? Um olhar da psicodinâmica do trabalho em meio à pandemia da COVID-19**. Dissertação (Mestrado), Escola Brasileira de Administração Pública e de Empresas, Centro de Formação Acadêmica e Pesquisa, Rio de Janeiro, 2022. Disponível em: <https://repositorio.fgv.br/items/62b19a42-e333-4be0-b34e-9389fc34de62>. Acesso em: 14 mar 2025.

CAPUCHO, Mariana Carneiro et al . **Sofrimento psíquico no trabalho: uma análise na pós-modernidade. Mental**, Barbacena , v. 16, n. 29, 0008, 2024 . Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-44272024000100008&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 27 mar. 2025. Epub 07-Out-2024. <https://doi.org/10.5935/1679-4427.v16n29.0008>.

DEJOURS, Crhi. **Da psicopatologia à psicodinâmica do trabalho**. Rio de Janeiro: Editora da Fundação Oswaldo Cruz, 2004.

FRANÇA, Ediana dos Santos; MOTA, Acy Holanda. **Prazer e sofrimento no trabalho: uma abordagem psicodinâmica**. *Revista Brasileira de Negócios e Desenvolvimento Regional*, v. 8, n. 1, 2021. ISSN 2358-5153. Disponível em: <https://cienciaesociedade.com/wp/rbndr-gestao/edicoes/2021-1/>. Acesso em: 27 mar. 2025.

- FERNANDES, Lorena et al . **A gestão a partir da psicodinâmica do trabalho: revisão sistemática da literatura.** Rev. Psicol., Organ. Trab., Brasília , v. 22, n. 1, p. 1902-1910, mar. 2022. Disponível em https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1984-66572022000100013 . Acesso em: 24 mar. 2025.
- FREITAS, Nádia Santos. **Análise psicodinâmica do adoecimento relacionado ao trabalho em uma empresa no Pólo Industrial de Manaus.** 2016. 107 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia) - Universidade Federal do Amazonas, Manaus, 2016. Disponível em: <https://tede.ufam.edu.br/handle/tede/5639> . Acesso em 14 mar 2025.
- GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa.** 5. ed. São Paulo: Atlas, 2008.
- JESUS, I. T. M., ORLANDI, A. A. S., & ZAZZETTA, M. S. (2018). **Sobrecarga, perfil e cuidado: cuidadores de idosos em vulnerabilidade social.** *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, 21, 119-209. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1981-22562018021.170155> . Acesso em: 27 fev 2025.
- LIMA, G. A.; MIOTO, R. C. **Pesquisa qualitativa: abordagens teórico-metodológicas.** São Paulo: Educ, 2007.
- MARIANO, P. P e CARREIRA I. **Prazer e sofrimento no cuidado ao idoso em instituição de longa permanência: percepção dos trabalhadores de enfermagem.** Esc Anna Nery. 2016; 20(4). Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ean/a/VFZJNdM9FR3kbGCqVjTnfjq/abstract/?lang=pt> . Acesso em 27 fev 2025.
- MARTINS GA, GOMES LC. **O cuidado ao idoso com transtorno mental em uma instituição de longa permanência no Sudoeste de Minas Gerais: relatos de cuidadores e equipe de enfermagem.** J Health Biol Sci. [Internet]. 23º de setembro de 2020 [citado 12º de setembro de 2024];8(1):1-7. Disponível em: <https://periodicos.unichristus.edu.br/jhbs/article/view/3053> . Acesso em: 27 fev 2025.
- MENDES, AM (Org.). **Psicodinâmica do trabalho: teoria, método e pesquisas.** São Paulo: Casa do Psicólogo, 2007.
- MINAYO, Maria Cecília de Souza. **O imperativo de cuidar da pessoa idosa dependente.** Cien Saude Colet 2019; 24(1):247-252. disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/pQJqwKWPwLZHXSXrJQFydp/abstract/?lang=pt> . Acesso em: 28 fev 2025.
- SILVA, C. da; SILVA, et al. **Percepções e desafios dos cuidadores de idosos em uma instituição de longa permanência.** Revista Eletrônica Acervo Saúde, v. 4, e11818, 2023. Disponível em: <https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/11818> . Acesso em: 17 fev 2025.