



Texto & Contexto - Enfermagem

ISSN: 0104-0707

ISSN: 1980-265X

Universidade Federal de Santa Catarina, Programa de Pós
Graduação em Enfermagem

Michelin, Samanta Rodrigues; Nitschke, Rosane Gonçalves; Martini, Jussara Gue;
Tholl, Adriana Dutra; Souza, Laura Cristina da Silva Lisboa de; Henckemaier, Luizita
(RE)CONHECENDO O QUOTIDIANO DOS TRABALHADORES DE UM CENTRO DE
SAÚDE: UM CAMINHO PARA PREVENÇÃO DO *BURNOUT* E A PROMOÇÃO DA SAÚDE

Texto & Contexto - Enfermagem, vol. 27, núm. 1, e5510015, 2018
Universidade Federal de Santa Catarina, Programa de Pós Graduação em Enfermagem

DOI: <https://doi.org/10.1590/0104-07072018005510015>

Disponível em: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=71465261007>

- Como citar este artigo
- Número completo
- Mais informações do artigo
- Site da revista em redalyc.org

UABEM redalyc.org

Sistema de Informação Científica Redalyc

Rede de Revistas Científicas da América Latina e do Caribe, Espanha e Portugal

Sem fins lucrativos acadêmica projeto, desenvolvido no âmbito da iniciativa
acesso aberto

(RE)CONHECENDO O QUOTIDIANO DOS TRABALHADORES DE UM CENTRO DE SAÚDE: UM CAMINHO PARA PREVENÇÃO DO BURNOUT E A PROMOÇÃO DA SAÚDE

Samanta Rodrigues Michelin¹, Rosane Gonçalves Nitschke², Jussara Gue Martini³, Adriana Dutra Tholl⁴, Laura Cristina da Silva Lisboa de Souza⁵, Luizita Henckemaier⁶

¹ Doutoranda do Programa de Pós-Graduação em Enfermagem (PEN) da Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC). Florianópolis, Santa Catarina, Brasil. E-mail: samantasemh@hotmail.com

² Doutora em Filosofia da Enfermagem. Professora do Departamento de Enfermagem e do PEN/UFSC. Florianópolis, Santa Catarina, Brasil. E-mail: rosanenitschke@gmail.com

³ Doutora em Educação. Professora do Departamento de Enfermagem e do PEN/UFSC. Florianópolis, Santa Catarina, Brasil. E-mail: jussara.gue@ufsc.br

⁴ Doutora em Enfermagem. Professora do Departamento de Enfermagem da UFSC. Florianópolis, Santa Catarina, Brasil. E-mail: adrianadtholl@gmail.com

⁵ *In memoriam.*

⁶ Doutora em Enfermagem. Enfermeira do Hospital Universitário da UFSC. Florianópolis, Santa Catarina, Brasil. E-mail: luizitahe@gmail.com

RESUMO

Objetivo: compreender o cotidiano dos trabalhadores de um centro de saúde de Florianópolis

Método: Estudo de abordagem qualitativa, na forma de uma pesquisa exploratório-descritiva. Participaram da pesquisa 18 trabalhadores. A coleta de dados foi realizada no período de abril a maio de 2014, através de entrevistas semiestruturadas, por meio de um roteiro, contendo as questões norteadoras: “como está o seu dia a dia?” e “como está o seu dia a dia no trabalho?”. Os dados foram analisados à luz das noções e dos pressupostos teóricos e da sensibilidade de Michel Maffesoli.

Resultados: foram encontradas seis categorias que descrevem o cotidiano dos trabalhadores: falta de tempo: corrido, estressante, cansativo; ótimo, bom, tranquilo; em adaptação; varia de acordo com o dia; razoável, mais ou menos; e organizado.

Conclusão: a compreensão do cotidiano dos trabalhadores apontou que a maior parte da tensão e do estresse no dia a dia está concentrada no ambiente laboral.

DESCRIPTORES: Atividades cotidianas. Saúde do trabalhador. Síndrome de burnout. Promoção da saúde.

(RE)COGNIZING HEALTHCARE CENTER WORKERS' ROUTINE: A PATH FOR BURNOUT PREVENTION AND HEALTH PROMOTION

ABSTRACT

Objective: to understand the routine of workers in a healthcare center in Florianópolis.

Method: a qualitative study using descriptive exploratory research. Eighteen workers participated in the study. Data collection was done through semi-structured interviews in the period April-May 2014 using a pre-structured script containing the leading questions: “How is your daily life?” and “How is your daily life at work?” Data was analyzed based on the (theoretical) assumptions of sensible reason by Michel Maffesoli (Maffesoli's sensitivity).

Results: six different categories that describe workers routines were found, namely: lack of time: busy, stressful, tiring; excellent, good, calm; adaptable; it varies depending on the day; reasonable, not bad; and organized.

Conclusion: understanding of workers routines showed that much of the tension and stress in their routine comes from the workplace.

DESCRIPTORS: Daily activities. Worker's health. Burnout syndrome. Health promotion.

(RE)CONOCIENDO LO COTIDIANO DE LOS TRABAJADORES DE UN CENTRO DE SALUD: UN CAMINO PARA LA PREVENCIÓN DEL *BURNOUT* Y LA PROMOCIÓN DE LA SALUD

RESUMEN

Objetivo: comprender lo cotidiano de los trabajadores de un Centro de Salud de Florianópolis

Método: estudio de abordaje cualitativo en forma de investigación exploratoria- descriptiva. Participaron 18 trabajadores. La obtención de datos se realizó a través de entrevistas semiestructuradas por medio de una guía conteniendo las preguntas orientadoras: “Cómo es su día a día?” y “Como está su día a día en el trabajo?”. Los datos fueron analizados a la luz de las nociones, presupuestos teóricos y sensibilidad de Michel Maffesoli.

Resultados: se encontraron seis categorías que describen lo cotidiano de los trabajadores - falta de tiempo: desgastante, estresante, cansador; óptimo, bueno, tranquilo; la adaptación varía de acuerdo con el día: razonable, más o menos y organizado.

Conclusión: la comprensión de lo cotidiano de los trabajadores señaló que la mayor parte de la tensión y del estrés, en el día a día, está concentrado en el ambiente laboral.

DESCRIPTORES: Actividades cotidianas. Salud del trabajador. Síndrome de *burnout*. Promoción de la salud.

INTRODUÇÃO

O trabalho é um elemento fundamental da existência humana, pois além de ser indispensável para a própria sobrevivência e para sua inserção no contexto social, ele permite que o indivíduo amplie sua capacidade de criação e produção.¹ No entanto, devido ao capitalismo e sua necessidade de lucro, o trabalho passou a exigir cada vez mais do trabalhador, tornando o cotidiano laboral cruel, desgastante e estressante.² Esta lógica trabalhista acarretou no surgimento de doenças jamais vistas antes, como a Síndrome de *Burnout*.

A Síndrome de *Burnout* é causada pelo estresse crônico e diário do ambiente de trabalho, se manifestando através de fadiga física e mental, problemas cognitivos e exaustão emocional.³ Esta Síndrome comumente ocorre com profissionais que trabalham em contato direto com outras pessoas.⁴

Os profissionais que atuam na área da saúde estão inseridos em um local de trabalho que frequentemente é estressante, o que pode levar esses trabalhadores ao *burnout*.⁵

Os trabalhadores que atuam nos Centros de Saúde possuem diversas tarefas com alto grau de exigência e responsabilidade, que, associada à pressão da gestão pelo o cumprimento de metas e dos próprios usuários que, por vezes, culpam os profissionais pela deficiência do serviço, podem levá-los a um desequilíbrio biológico e psicológico.⁶

Além da sobrecarga de trabalho, os trabalhadores dos Centros de Saúde estão expostos diariamente a diversos fatores que podem ocasionar danos à sua saúde como: problemas posturais, dor na coluna e em membros inferiores e superiores, excesso de leitura e anotações em prontuários, conflitos com os usuários e com a equipe de trabalho, responsabilidade por lidar com vida humana, risco

de contaminação e de ferimentos, falta de funcionários, condições de trabalho inadequadas, problemas de comunicação e falta de reconhecimento profissional proveniente dos próprios colegas, da chefia da unidade e da Secretaria de Saúde.⁷

Arelado às inúmeras demandas e riscos provenientes do ambiente de trabalho, não podemos deixar de mencionar o acelerado ritmo de vida, caracterizando um viver instantâneo e simultâneo,⁸ característico da pós-modernidade, presente no cotidiano das pessoas. Este estilo de vida da atualidade, com carga horária excessiva, variadas atividades laborais e cobranças cada vez mais frequentes, a saúde do trabalhador se mostra como um desafio.

Para o sociólogo francês Michel Maffesoli, a pós-modernidade pode ser definida como “a sinergia de fenômenos arcaicos com o desenvolvimento tecnológico”.^{9,22} Em outras palavras, na pós-modernidade há um resgate de alguns valores da antiguidade, como a criatividade, o lúdico, o festivo, o onírico e o imaginário, em consonância com as novas tecnologias e descobertas do mundo científico.

Já o cotidiano¹⁰ é considerado como o modo de viver de cada pessoa e da coletividade, sendo que o reaprendizado, algo que está presente neste, é quem possibilita a evolução no processo de viver.¹¹ Este cotidiano pode ser definido como: “a maneira de viver dos seres humanos no presente, expresso no dia a dia através de interações, valores, crenças, símbolos e imagens, que vão delineando seu processo de viver, num movimento de ser saudável e adoecer, pontuando, seu ciclo vital”.^{12,24}

Durante as atividades curriculares e de extensão, realizadas na graduação em enfermagem, alguns trabalhadores de um Centro de Saúde do município de Florianópolis, no Estado de Santa

Catarina, no Sul do Brasil, relataram o cansaço que vêm sentindo durante o dia a dia de seu ofício, sendo este agravado pelo ritmo de vida acelerado, característico do cotidiano contemporâneo, envolvendo outros aspectos fora do ambiente de trabalho como o trânsito, a violência, entre outros.

Tendo em mente as noções sobre o cotidiano e a pós-modernidade apresentadas, juntamente com as demandas de trabalho e os riscos (físico e psicológico) aos quais os profissionais das unidades de saúde vivem diariamente, trouxemos como objetivo compreender o cotidiano dos trabalhadores de um Centro de Saúde, buscando contribuir para prevenir o *burnout* e para a promoção da saúde.

Vale destacar que foi a partir da Carta de Ottawa em 1986, que a promoção da saúde passou a ser entendida de maneira mais ampliada, envolvendo dimensões econômicas, políticas, sociais, culturais, biológicas e comportamentais, interligadas entre si, para que seja possível o alcance da qualidade de vida.¹³

MÉTODO

O presente estudo possui abordagem qualitativa, na forma de uma pesquisa exploratório-descritiva.

Este estudo foi realizado com trabalhadores de um centro de saúde do município de Florianópolis, região sul do Brasil. Foram entrevistados 18 trabalhadores que aceitaram fazer parte da pesquisa, sendo estes de profissões variadas: enfermeiro, médico, farmacêutico, dentista, técnico de enfermagem, servente de limpeza, auxiliar de saúde bucal, agente comunitário de saúde e auxiliar administrativo.

A coleta de dados foi realizada através de entrevistas semiestruturadas, no período de abril a maio de 2014, por meio de um roteiro, contendo informações sobre os participantes (nome fictício, sexo, idade, profissão, carga horária semanal de trabalho, tempo de profissão, estado conjugal e se possui filhos), bem como as questões norteadoras: “como está o seu dia a dia?” e “como está o seu dia a dia no trabalho?”

Os dados obtidos com as entrevistas foram ordenados, organizados e categorizados, através da utilização do *software* ATLAS.ti versão 6.1, onde cada tópico foi separado e guardado. Identificamos as palavras-chave e categorias, sintetizando a classificação pelos temas mais relevantes e ressaltando os aspectos comuns e repetitivos, assim como aqueles que são diferentes e trazem informações importantes sobre da realidade. A análise dos dados foi rea-

lizada à luz das noções e dos pressupostos teóricos e da sensibilidade de Michel Maffesoli.

Com a finalidade de preservar o anonimato dos participantes, foi entregue a eles uma lista contendo nomes de super-heróis e heroínas das histórias em quadrinhos, para que escolhessem um codinome fictício a ser utilizado neste estudo. Os trabalhadores foram nomeados desta forma, pois assim como os super-heróis e heroínas, estes profissionais dedicam boa parte de seu tempo preservando a saúde e a vida das pessoas, cada um utilizando habilidades (“super poderes”) e conhecimentos específicos.

Esta pesquisa foi aprovada pela Prefeitura Municipal de Florianópolis e pelo Comitê de Ética da Universidade Federal de Santa Catarina, sob o protocolo de n. 28293314.9.0000.0121 e parecer de n. 551.189. Os participantes deste estudo assinaram o Termo de Consentimento Livre Esclarecido (TCLE), preconizado pela Resolução 466/CNS de 2012.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Dos 18 participantes desta pesquisa, 16 são mulheres e dois são homens, com faixa etária entre 22 e 53 anos, com tempo de profissão variando entre dois e 32 anos, e carga horária semanal de trabalho entre 30 a 88 horas.

Com relação ao estado civil, 11 dos sujeitos são casados, quatro são solteiros e três possuem união estável, 11 possuem filhos e sete não possuem.

Com base nas respostas dos participantes as questões norteadoras “como está o seu dia a dia?” e “como está o seu dia a dia no trabalho?”, surgiram seis categorias que descrevem o cotidiano dos trabalhadores: falta de tempo: corrido, estressante, cansativo; ótimo, bom, tranquilo; em adaptação; varia de acordo com o dia; razoável, mais ou menos; e organizado. A seguir iremos discutir mais detalhadamente a respeito de cada categoria.

Falta de tempo: corrido, estressante, cansativo

Entre os 18 trabalhadores entrevistados, 13 relataram sobre a falta de tempo, associada ao estresse, ao cansaço e a correria da vida diária, em especial devido ao trabalho, como é possível perceber na fala a seguir:

Está bem corrido, cansativo. [...] é mais por causa do trabalho mesmo. Na questão pessoal está tranquilo assim, é mais pelo trabalho mesmo que daí até acaba influenciando na parte pessoal. [...] fico mais estressada. [...] não tenho tempo para fazer outras coisas que eu gostaria (Batgirl).

A falta de tempo no cotidiano das pessoas se tornou algo crônico. Raramente encontramos alguém que não se queixa da falta de tempo ou correria diária, pois “as pessoas definitivamente não têm tempo. Estão sempre atrasadas, apressadas e correndo atrás da máquina”.^{14:121}

O sentido do tempo foi modificado ao longo da trajetória humana, a partir da inserção de tecnologias que permitiram a reorganização do trabalho.⁸ Nas sociedades pré-industriais, o ser humano seguia o tempo da natureza e do próprio corpo para organizar as atividades da vida diária. Já nas sociedades industriais, com a introdução do relógio mecânico no cotidiano das pessoas, o tempo passa ser linear, rigorosamente controlado e organizado pelo trabalho.

Atualmente, vivemos o tempo simultâneo e instantâneo do computador onde, apesar de termos maior liberdade e flexibilidade, também estamos imersos em uma lógica de corrida e competição exacerbada, além de longas horas de trabalho, algo que reduz o tempo livre para as atividades prazerosas e causa prejuízos à saúde.¹⁵

“O tempo linear do relógio, vivido hoje como um tempo natural e quase homogêneo, levou quase 300 anos para ser incorporado na sociedade ocidental. Nós perguntamos se viveremos, com o computador, o mesmo processo que levou à incorporação do tempo do relógio”.^{8:213}

Na sociedade pós-moderna,¹⁶ há também um predomínio da criatividade, quando falamos sobre o trabalho, e não somente no sentido do valor do trabalho. Esta criatividade exigida pelo mercado de trabalho, atrelada à simultaneidade e a instantaneidade do tempo, pode contribuir para o aumento do estresse e da sobrecarga de tarefas no cotidiano, pois requer maior preparo e adaptação das pessoas às demandas do mercado de trabalho, levando ao surgimento de enfermidades.

Ótimo, bom, tranquilo

Se o cotidiano tem uma dimensão estressante, paradoxalmente, também pode se mostrar tranquilo, sendo bom e até ótimo.

Dentre os participantes, 11 mencionaram que seu dia a dia é bom, ótimo ou tranquilo, sendo que a maioria se referiu ao contexto fora do trabalho, conforme demonstra a fala do trabalhador a seguir:

[...] no momento está bem, agora para mim é uma fase boa porque como mãe eu estou melhor, porque a gente não se estressa tanto fora de casa e consegue descansar um pouco mais para poder trabalhar (Vampira).

Já outros participantes também retrataram o seu cotidiano da mesma forma, porém incluindo o ambiente laboral:

[...] está tranquilo. [...] não é assim um serviço tão puxado, porque a gente não faz tudo num dia só. Então vai levando, um dia faz um pouco, outro dia faz outro, descansa um pouco, trabalha outro, tem horário de intervalo, então não é um serviço que seja, que a gente começa das oito da manhã até às dez da noite não para nada. É um serviço que a gente vai fazendo conforme o corpo ajuda [...] (Mulher Invisível).

Aqui podemos observar os paradoxos e contradições, característicos da pós-modernidade, associados ao trabalho, pois quando questionados sobre o dia a dia no contexto geral, a maioria dos participantes respondeu bom, ótimo e tranquilo. Mas, quando realizamos esta mesma pergunta associada ao ambiente de trabalho, o estresse e a correria aparecem de forma predominante.

Isto nos remete à intensificação do trabalho, reflexo do modo de produção capitalista, onde o foco passa a ser a produção e não o trabalhador, transformando o profissional em um mero instrumento produtivo, sem que as necessidades do mesmo sejam consideradas.¹⁴

Quando o trabalhador é visto como um instrumento e não como ser humano, o trabalho perde o seu caráter positivo, que seriam a construção da individualidade e os aspectos socioambientais da pessoa.² O trabalho passa apenas a ser visto como algo negativo, que “suga” a força vital do indivíduo, e não como algo que fortalece ou energiza, sendo necessário um tempo fora do trabalho para que a pessoa se recupere do desgaste sofrido no ambiente laboral.

Outro aspecto que destacamos aqui também é a questão da sensibilidade relativista, um dos pressupostos teóricos da sensibilidade de Michel Maffesoli.⁹ Esta noção fala sobre a relatividade da realidade, pois cada pessoa tem a sua forma de observar o mundo ao seu redor. Assim, para alguns participantes, o cotidiano de trabalho é corrido e para outros não, pois cada pessoa vê a realidade de um jeito diferente. Mas podemos também nos questionar se para alguns a correria do dia a dia já não estaria naturalizada, visto que vivemos numa sociedade do instantâneo e simultâneo, expressa por uma ética do instante,¹⁷ também vista como a sociedade da pressa,¹⁸ denotando um *fast life*.

Em adaptação

O cotidiano dos trabalhadores de um Centro de Saúde também se apresenta em adaptação. Cinco

participantes da pesquisa referiram que o seu dia a dia está em adaptação, como é demonstrado na fala a seguir:

[...] aqui a gente tenta a todo o momento rever o processo de trabalho, tenta ajustar ele tanto da melhor forma no atendimento das pessoas, quanto o nosso bem estar no trabalho [...] (Supergirl).

O processo de adaptação faz parte do nosso cotidiano. Estamos constantemente nos adaptando a novas tecnologias, às mudanças ambientais, aos momentos e ritmos de vida.

Como já mencionado, o tempo na pós-modernidade é simultâneo e instantâneo,⁸ o que influencia no ritmo de vida das pessoas e na sua forma de organização e adaptação frente às demandas da vida diária, havendo a necessidade de estar sempre repensando sobre as dimensões que envolvem o cotidiano, buscando ter uma melhor qualidade de vida, tanto no ambiente laboral, quanto no contexto pessoal e familiar.

Por outro lado, buscamos um equilíbrio entre as diferentes dimensões do nosso viver e conviver, que demandam nossa atenção, nosso tempo: para si, para o outro, que pode ser nossa família, nosso trabalho, o que nos remete a ideia da constante busca do ser humano pelo equilíbrio. “O ser humano vive, portanto, uma constante necessidade de equilíbrio, nesta gangorra existencial, entre as imposições do meio e a sua própria subjetividade.”^{19:322}

Ele está assim mais esquematizado [...].[...] eu gosto muito de trabalhar, o trabalho me satisfaz muito, mas eu tenho outra prioridade na minha vida que é o meu filho então eu estou nesse processo de readaptação de tempo. O tempo pra mim, o tempo pra minha família, o tempo pro meu filho e o tempo pro trabalho (Homem Aranha).

Varia de acordo com o dia

O cotidiano trazido pelos trabalhadores deste estudo se mostra dinâmico e variando com as interações diárias. Dois participantes mencionaram que o seu cotidiano varia conforme a demanda de trabalho ou com o momento de vida em que se encontra. No relato abaixo é possível compreender esta dinamicidade:

Tem dias que é tranquilo, tem dias que é estressante, depende, assim (Ravena).

Estas colocações nos mostram a força no cotidiano do mundo imaginal,²⁰ este mundo de imagens, imaginações, imaginário, crenças e valores que envolvem e delineiam nosso viver e conviver (causa e efeito de toda vida social).

Depende também de como é que eu venho de espírito, influencia muito. [...] geralmente quando eu estou vindo, eu saio da faculdade e venho almoçar aqui eu já penso assim hoje vai dar tudo certo de novo, eu vou ter um bom dia de trabalho, vou conseguir atender as pessoas e vou acabar o dia de trabalho bem. É isso que eu penso toda a vez que eu venho, porque se eu vir com a mente muito ‘ah meu Deus de novo’, aí não vai ajudar, vai piorar (Viúva Negra).

Tanto no dia a dia do ambiente de trabalho como no contexto pessoal e familiar de vida podem surgir algumas situações adversas que prejudicam o cotidiano das pessoas, causando estresse, irritação, desconforto, tristeza, enfim, sentimentos ditos como negativos, influenciando, conseqüentemente, o seu momento atual de vida. No entanto, esses sentimentos negativos podem trazer aprendizados e reflexões, tanto para a pessoa, quanto no seu contexto familiar.

Razoável, mais ou menos

O cotidiano para os trabalhadores se mostra razoável e, também, mais ou menos, como dois participantes relataram o seu dia a dia. Um deles se referindo ao ambiente de trabalho e outro ao contexto geral de vida, conforme a fala a seguir:

O meu dia a dia? É, ele está razoável, eu não posso dizer que tá ruim não, porque quem faz o dia da gente é a gente mesmo. Então eu procuro deixar minha mente focada no trabalho e fazer o melhor assim, com os pacientes. [...] razoável porque aconteceram umas coisas muito chatas e aí até se dissolver tudo você fica um pouco mais esquisito, mas nada que não vai passar, vai passando assim. Então tá razoável porque eu mantenho meu foco no trabalho (Cristal).

Este participante que se referiu ao o seu dia a dia como razoável no contexto do trabalho, relatou que isto ocorre devido a alguns conflitos que houve com a equipe de trabalho.

Os conflitos, tanto no ambiente de trabalho, quanto no contexto familiar são comuns, pois as pessoas possuem diferentes formas de ser, agir e pensar, estando relacionados às: “[...] inquietações que fazem parte da natureza do homem, dentre elas a defesa dos seus propósitos, o qual, para alcançá-los, se utiliza de mecanismos que possibilitam o controle do ambiente físico e das relações que o envolvem, mesmo presumindo que isso possa resultar no inesperado.”^{21:2}

Os conflitos, sejam entre indivíduos ou grupos, podem ocasionar prejuízos no processo de trabalho. No entanto, este possui um caráter posi-

tivo quando há uma reflexão e um enfrentamento, visando melhorias e mudanças pessoais, grupais e organizacionais.²²

Um dos participantes descreveu o seu cotidiano como mais ou menos fora do ambiente de trabalho, devido à falta de tempo que tem para realizar outras atividades prazerosas no dia a dia. Neste momento, retornamos à questão da correria e das demandas presentes no cotidiano das pessoas, o que, muitas vezes, as impossibilita de executar outras ações voltadas para o próprio lazer e bem-estar.

Organizado

Um dos participantes referiu o seu cotidiano como organizado, pois caso contrário não teria tempo de realizar todas as tarefas diárias, conforme é demonstrado a seguir:

[...] é tudo bem organizado. É um dia rotineiro, é uma rotina assim, não é bem apertada, mas eu faço tudo em um determinado horário para que eu possa atender as demandas do meu dia a dia (Miss Marvel).

A organização sempre esteve presente ao longo da história do ser humano que, ao sair da floresta, veio ao encontro do mundo do trabalho nas cidades, o que exigiu habilidades de relacionamento, convivência e organização, para poder enfrentar a nova realidade.²³

Remetendo-nos novamente a questão da simultaneidade e instantaneidade do tempo,⁸ associado às inúmeras demandas do cotidiano, a organização e o planejamento das atividades da vida diária, bem como no ambiente de trabalho, se fazem extremamente necessários para que possamos realizar todas ou a maior parte dessas atividades.

Destaca-se também o papel da rotina no processo de viver humano. Se por um lado, alguns se sentem sufocados por ela, por outro, a rotina traz certa segurança para o caminhar da vida, delineando um ritmo, fazendo-nos questionar: que ritmo construímos com nossas rotinas contemporâneas?

CONCLUSÃO

Com esta pesquisa foi possível compreender o cotidiano dos trabalhadores de um Centro de Saúde localizado no município de Florianópolis. A falta de tempo e o ritmo corrido, associados às demandas do dia a dia, em especial no ambiente de trabalho, se fez presente na maioria das respostas dos entrevistados. Em contrapartida, mais da metade dos participantes também descreveram o

seu cotidiano como “bom”, “ótimo” e “tranquilo”, quando se tratavam do contexto de vida geral, fora do local de trabalho, o que sugere que a maior parte da tensão e do estresse no dia a dia destes profissionais está concentrada no ambiente laboral, apontando para necessidade de estarmos atentos à prevenção do *burnout*. Essas contradições entre o contexto geral de vida e o cotidiano laboral revelam uma fragmentação do ser, pois não é possível ser exatamente o mesmo ser saudável dentro e fora do trabalho.

Faz-se necessário a realização de novos estudos que compreendam a realidade dos trabalhadores dos Centros de Saúde, a fim de facilitar a elaboração de cuidados para a prevenção dos riscos de ordem física e psicológica, especialmente o *burnout*, que estão presentes no cotidiano destes profissionais, promovendo, desta forma, sua saúde e contribuindo para melhorar não só o seu processo de trabalho, como também seu processo de viver e conviver.

Vemos que a criação de ambientes favoráveis, o desenvolvimento de habilidades individuais, bem como o fortalecimento da participação popular, coloca-se com muita pertinência aqui, encaminhando-se para reorganização dos serviços de saúde, podendo contribuir para a construção de políticas públicas mais saudáveis.

REFERÊNCIAS

1. Katsurayama M, Parente RCP, Moretti-Pires RO. Construção de um modelo teórico dejouriano destinado à avaliação da saúde do trabalhador. Rev Bras Promo Saúde [Internet]. 2012 Jul [2016 Mar 28]; 25(3):374-80. Available from: <http://ojs.unifor.br/index.php/RBPS/article/view/2268>
2. Dejours C. A loucura do trabalho: estudo de psicopatologia do trabalho. Tradução: Paraguay AI, Ferreira LL. 5ª edição. São Paulo (SP): Cortez; 1992.
3. Norlund S, Reuterwall C, Höög J, Janlert U, Järholm LS. Work situation and self-perceived economic situation as predictors of change in burnout – a prospective general population-based cohort study. BMC Public Health [Internet]. 2015 Abr [2016 Mar 28]; 15:239. Available from: <http://bmcpublihealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12889-015-1681-x>
4. Meneghini F, Paz AA, Liana Lautert L. Fatores ocupacionais associados aos componentes da síndrome de *burnout* em trabalhadores de enfermagem. Texto Contexto Enferm [Internet]. 2011 Abr [2016 Mar 28]; 20(2):225-33. Available from: <http://www.scielo.br/pdf/tce/v20n2/a02v20n2.pdf>
5. Ho RTH, Sing CY, Fong TCT, Au-Yeung FSW, Law KY, Lee LF, et al. Underlying spirituality and mental

- health: the role of burnout. *J Occup Health* [Internet]. 2016 Jan. [2016 Mar 28]; 58:71. Available from: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/26549835>
6. Albuquerque FJB, Melob CF, Neto JLA. Avaliação da síndrome de burnout em profissionais da Estratégia Saúde da Família da capital paraibana. *Psicol Reflex Crit* [Internet]. 2012 Jan [2016 Mar 28]; 25(3):542-9. Available from: <http://www.scielo.br/pdf/prc/v25n3/v25n3a14.pdf>
 7. Silva NR. Fatores determinantes da carga de trabalho em uma unidade básica de saúde. *Ciênc Saúde Coletiva* [Internet]. 2011 Jul [2016 Mar 28]; 16(8):3393-402. Available from: <http://www.scielo.br/pdf/csc/v16n8/a06v16n8.pdf>
 8. Tonelli MJ. Sentidos do tempo e do tempo de trabalho na vida cotidiana. *Org Sociedade* [Internet]. 2008 Abr [2016 Mar 28]; 15(45):207-17. Available from: <http://www.portalseer.ufba.br/index.php/revistaoes/article/view/10960/7886>
 9. Maffesoli M. Notas sobre a pós-modernidade: o lugar faz o elo. Rio de Janeiro: Atlântica; 2004.
 10. Maffesoli M. O conhecimento comum – introdução à sociologia compreensiva. 2ª edição. Porto Alegre (RS): Sulina; 2010.
 11. Nobrega JF, Nitschke RG, Souza AIJ, Santos EKA. A sociologia compreensiva de Michel Maffesoli: implicações para a pesquisa em enfermagem. *Cogitare Enferm*. [Internet]. 2012 Abr. [cited 2016 Mar 28]; 17(2):373-6. Available from: <http://ojs.c3sl.ufpr.br/ojs2/index.php/cogitare/article/view/24572/18558>.
 12. Nitschke RG. Pensando o nosso cotidiano contemporâneo e a promoção de famílias saudáveis. *Rev RENE*. 2007; 6(supl 1):6-24.
 13. World Health Organization. 128ª Sessão do Comitê Executivo – Promoção da saúde. Washington D.C. (US): WHO; 2001 [cited 2016 Mar 28]. Available from: http://www.paho.org/portuguese/gov/ce/ce128_04-p.pdf
 14. Pina JA, Stotz EN. Intensificação do trabalho e saúde do trabalhador: uma abordagem teórica. *Rev Bras Saúde Ocup* [Internet]. 2014 Mar. [cited 2016 Mar 28]; 39(130):150-60. Available from: <http://www.scielo.br/pdf/rbso/v39n130/0303-7657-rbso-39-130-150.pdf>
 15. Bannai A, Ukawa S, Tamakoshi A. Long working hours and psychological distress among school teachers in Japan. *J Occup Health* [Internet]. 2015 Jan. [cited 2016 Mar 28]; 57:27. Available from: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/25422128>
 16. Maffesoli M. A emergência dos valores pós-modernos. Florianópolis (SC): 2014 [atualizado 2015 Maio 29; acesso 2015 Jul 14]. Available from: <http://noticias.ufsc.br/2014/04/maffesoli-fala-na-ufsc-sobremodernidade-e-pos-modernidade/>
 17. Maffesoli M. O instante eterno o retorno do trágico nas sociedades pós-modernas. Porto Alegre: Zouk; 2003.
 18. Honoré C. Devagar – como um movimento mundial está desafiando o culto da velocidade. Rio de Janeiro: Record; 2005.
 19. Barros EP. A sociologia romântica e o imaginário na obra de Michel Maffesoli. *Educare et Educare* [Internet]. 2013 [cited 2015 Jul 14]; 08(16):321-8. Available from: <http://e-revista.unioeste.br/index.php/educareeteducare/article/viewArticle/8931>
 20. Maffesoli M. O tempo das tribos: o declínio do individualismo nas sociedades de massa. 4ª edição. Rio de Janeiro: Forense Universitária; 2006.
 21. Guerra ST, Prochnow AG, Trevizan MA, Guido LA. O conflito no exercício gerencial do enfermeiro no âmbito hospitalar. *Rev Latino-am Enfermagem*. 2011 Mar-Abr; 19 (2):1-8.
 22. Araújo EMD, Galimbertti PA. A colaboração interprofissional na Estratégia Saúde da Família. *Psicol Sociedade* [Internet]. 2013 Jan [cited 2016 Mar 28]; 25(2):461-8. Available from: <http://www.ufrgs.br/seerpsicsoc/ojs2/index.php/seerpsicsoc/article/view/3598/2230>
 23. Gomes PC. A gestão e a visão holística. In: Harada MJCS, organizador. *Gestão em enfermagem: ferramenta para prática segura*. São Paulo (SP): Yendis; 2011. p.111-5.