

## **A Cobertura Jornalística sobre o Burnout – o Esgotamento Profissional<sup>1</sup>**

Cristiane Oliveira Reimberg<sup>2</sup>

Fundacentro/SP

### **Resumo**

Neste artigo, analisamos a cobertura da mídia sobre o esgotamento profissional, mais conhecido como burnout, a partir de 12 matérias selecionadas pela internet. Primeiro, discutimos o papel do jornalismo utilizando dois autores: Traquina, que fala do embate entre o papel do jornalismo para democracia versus o jornalismo como empresa, e Gentili, que discute o direito à informação e o papel do jornalismo para levar o cidadão a conhecer seus direitos. Dentro desse contexto, destacamos a importância de se falar do esgotamento profissional/burnout e explicar do que se trata esse tipo de adoecimento. Para em seguida, apresentar análise de conteúdo das notícias selecionadas.

### **Palavras-chave**

Jornalismo; cobertura jornalística; burnout; esgotamento profissional.

### **1. Introdução**

O objetivo deste artigo é fazer uma breve análise de reportagens que abordem o tema burnout. Para tanto, selecionamos 12 reportagens. Fizemos inicialmente uma busca no Google pela palavra burnout e observamos as primeiras cinco páginas de busca, com mais de 50 resultados. Desses, separamos 31 materiais que falavam de burnout. Excluímos aqueles que não eram produzidos por jornalistas nem tinham estruturas de matérias. Ficamos, então, com 12 notícias divulgadas pela mídia: 6 em 2018, 3 em 2017, 2 em 2016 e 1 em 2015.

---

<sup>1</sup> Trabalho apresentado no GP Teorias do Jornalismo, XIX Encontro dos Grupos de Pesquisas em Comunicação, evento componente do 42º Congresso Brasileiro de Ciências da Comunicação.

<sup>2</sup> Doutora e mestre em Ciências da Comunicação pela Escola de Comunicações e Artes da Universidade de São Paulo - ECA-USP, analista em ciência e tecnologia da Fundacentro, instituição de pesquisa federal em saúde e segurança do trabalhador vinculada ao Ministério da Economia, e-mail: cristiane.reimberg@fundacentro.gov.br

---

Para analisa-las, refletimos sobre o papel do jornalismo, que ao informar as pessoas pode contribuir para que elas conheçam seus direitos e exerçam a sua cidadania. Ao mesmo tempo, há um ideal de que o jornalismo contribui para a democracia. Ao abordar o burnout, esse papel poderia ser exercido, especialmente, se as reportagens trouxessem uma abordagem crítica do adoecimento, que o relacionasse com a organização do trabalho, e não individualizasse a questão.

Também fazemos uma breve reflexão sobre o que é o burnout a partir de duas psiquiatras: Vieira (2010) e Seligmann-Silva (2011). As conceituações das autoras nos ajudam a analisar a abordagem das matérias, que, muitas vezes, acabam apenas listando sintomas, como se fossem um guia para o leitor descobrir se está doente, e individualizam o adoecimento, sem mostrar a complexidade de suas causas.

Chegamos a pesquisar na plataforma Scielo, as palavras mídia e burnout e só foi listado 1 artigo, que na verdade não tratava de cobertura jornalística sobre esse tema, intitulado “O estresse no MMA: as estratégias de enfrentamento podem melhorar o desempenho dos lutadores?). Quando utilizamos apenas a palavra burnout e o filtro de Coleções Brasil, foram encontrados 308 artigos, que, na maioria, abordam a relação entre burnout e algum segmento profissional, especialmente professores, enfermeiros e médicos. No google acadêmico, os resultados foram semelhantes.

## **2. O papel do jornalismo**

Qual o papel do jornalismo? Traquina (2005, p. 27) explica que a ideologia profissional desenvolvida ao longo do tempo define o jornalismo como um serviço público que fornece aos cidadãos “a informação de que precisam para votar e participar da democracia e age como guardião que defende os cidadãos dos eventuais abusos de poder”.

Por outro lado, desde antes do século XIX, “o jornalismo tem sido um negócio e as notícias uma mercadoria que tem alimentado o desenvolvimento de companhias altamente lucrativas”. Esse polo “econômico” convive com esse outro “ideológico”, no qual “o jornalismo é visto como um serviço público em que as notícias são o alimento de que os cidadãos precisam para exercer os seus direitos democráticos” (Ibid., p. 126).

---

Outro autor que contribui para essa discussão é Gentilli (2005). Ele aponta que o direito à informação é, “um direito-meio”, um pressuposto para a realização dos outros direitos (Ibid., p.118). Dessa forma, o jornalismo deve trazer “informações necessárias e imprescindíveis para a vida numa sociedade de massas, aí incluído o exercício pleno do conjunto de direitos civis, políticos e sociais” (Ibid., p.130).

O direito à informação, portanto, deve ser compreendido como um direito relacionado diretamente aos outros direitos, incluindo, obviamente, as contradições e os antagonismos destes. É um direito que fomenta o exercício da cidadania e permite ao cidadão o acesso e a crítica aos instrumentos necessários ao exercício pleno do conjunto dos direitos de cidadania.

Daí resulta a formulação da informação pública como um pressuposto indispensável ao exercício da cidadania e, portanto, um fator decisivo no processo de aprofundamento democrático. Como consequência do raciocínio, o entendimento de que o acesso à informação é uma porta de acesso a outros direitos: numa sociedade de massas modernas, o acesso à informação jornalística, por parte do cidadão, pode potencialmente vir a consistir *num direito que assegura outros direitos, confere condições de equalização de sujeitos e oferece a visibilidade ao poder e ao mundo.* (GENTILLI, 2005, p.128)

Concordamos com a visão do autor de que a informação pública realizada pelo jornalismo pode ser um dos fatores para que os direitos sejam assegurados. Há uma necessidade social de informação e de “um jornalismo que ofereça aquelas informações que o cidadão tem o direito de receber para” exercer “plenamente todos os seus direitos”. Quando não se cumpre o direito à informação o exercício dos demais direitos fica prejudicado. (Ibid, p.22-23)

Nas democracias de massas, marcadas pela expansão de direitos, o direito à informação constitui-se num direito “em si” e ao mesmo tempo é a porta de acesso a outros direitos. Neste sentido, a informação conforme seja a necessidade que dela se tenha pode ser entendida como direito social, como direito civil e como direito político. (GENTILLI, 2005, p.24)

Também consideramos importante delinear como entendemos o que é notícia. Traquina (2005, p. 28) aponta que as notícias devem ser vistas como uma “construção” social, que resulta de interações “entre diversos agentes sociais que pretendem mobilizar as notícias como um recurso social em prol das suas estratégias de comunicação, e os profissionais do campo, que reivindicam o monopólio de um saber, precisamente o que

---

é notícia”. A notícia é vista como uma narrativa, o que apesar de não significar que seja ficção, encontra resistência por questionar “o conceito de notícias como espelho da realidade”, o qual é criticado pelo autor (TRAQUINA, 2008, p.19).

Nesta breve análise, vamos avaliar como essas narrativas são construídas e se o direito à informação, que contribua efetivamente para a cidadania, está sendo cumprido pelo jornalismo como deveria ser. Há um descompasso entre o ideal profissional do jornalismo, as matérias produzidas e as condições de trabalho em que essas notícias são narradas.

### 3. Burnout: o esgotamento profissional

Vieira (2010) mostra a diversidade teórica e o debate existente na definição do que é burnout. Em sua avaliação, “a maior parte dos trabalhos publicados utiliza a definição de *burnout* proposta por Maslach (que consiste na tríade Exaustão, Despersonalização/Cinismo e baixa Realização Pessoal/Ineficácia)”.

Em geral, ele é definido como uma *reação negativa ao estresse crônico no trabalho* (SHIROM, 2003; HONKONEN et al., 2006; AHOLA et al., 2006a). Manifesta-se basicamente por sintomas de fadiga persistente, falta de energia, adoção de condutas de distanciamento afetivo, insensibilidade, indiferença ou irritabilidade relacionadas ao trabalho de uma forma ampla, além de sentimentos de ineficiência e baixa realização pessoal. Trata-se de uma condição crônica (SHIROM, 2003), determinada principalmente por fatores da organização do trabalho, tais como sobrecarga, falta de autonomia e de suporte social para a realização das tarefas (MASLACH; SCHAUFELI; LEITER, 2001; SCHAUFELI; ENZMANN, 1998). A chamada reestruturação produtiva e as demissões em massa também são apontadas como fatores de risco (KALIMO, 2000). Traços de personalidade teriam menor peso para o desencadeamento do quadro (MASLACH; SCHAUFELI; LEITER, 2001). (VIEIRA, 2010, p.270)

A autora destaca que o estudo sobre o burnout se iniciou em 1974 com o psicanalista norte-americano Herbert Freudenberger, ao descrever “um quadro de esgotamento físico e mental com intensa irritabilidade relacionado a condições adversas de trabalho de profissionais de saúde atuando na área de dependência química” (Ibid., p.271). Freudenberger (apud Vieira, 2010) o define como “um ‘incêndio interno’, um ‘esgotamento dos recursos físicos e mentais’; é ‘esgotar-se para atingir uma meta

---

irrealizável’ imposta pelo próprio indivíduo ou pela sociedade.” Esse esgotamento costuma ocorrer “na área da vida onde há mais expectativa de sucesso – em geral, no trabalho”.

Freudenberger também é retomado por Seligmann-Silva (2011, p.523-529), que além da obra de 1974, mostra achados de outro livro do autor de 1980 – “Burn-out” – no qual associa a síndrome a “um incêndio devastador, um ‘incêndio interno’ (subjetivo) que reduz a cinzas a energia, as expectativas e a autoimagem de alguém que antes estava profundamente envolvido em seu trabalho”. Ele descreve, segundo a autora, dois tipos de pessoas propensas a esse adoecimento: indivíduos dinâmicos e com característica de assumir papéis de liderança ou de grande responsabilidade; e “idealistas que colocam grande empenho em alcançar metas frequentemente impossíveis de serem atingidas”.

Seligmann-Silva destaca ainda a importância da organização do trabalho no desencadeamento do esgotamento profissional, com as pressões por metas que as pessoas sofrem no trabalho, muitas vezes inatingíveis, e com o trabalho extenuante que podem levar a esse adoecimento. Inclusive a denominação síndrome de esgotamento profissional é preferida pela autora .

As formas de gerenciamento e controle estão no cerne da questão, ao impedir o sujeito de seguir os princípios e valores éticos vinculados a sua formação e de trabalhar como gostaria. Perde-se o sentido do trabalho. Ela cita como exemplo esse tipo de gestão nos serviços de saúde e educação, que aumentam a incidência de burnout nesses profissionais.

No caso do *burn-out*, o que se torna característico é a *perda da perspectiva de concretizar algo que tinha como missão*.

O *quadro clínico* da síndrome de esgotamento profissional apresenta como manifestação *central* uma *exaustão* que eclode de modo aparentemente brusco, sob forma de uma crise. Freudenberger descreve uma fase prévia à irrupção do “incêndio aniquilador”, na qual se instala uma sensação de tédio que substitui o habitual entusiasmo pelo trabalho, aparecendo também irritabilidade e mau humor. O fenômeno central da vivência de esgotamento e exaustão e acompanhado por uma segunda manifestação, característica dessa síndrome: uma *aguda reação emocional negativa, de rejeição*, ao que antes, no trabalho, era objeto de dedicação e cuidado. Professoras não suportam ver os alunos diante de si; enfermeiras referem não aguentar mais a proximidade dos doentes de quem cuidavam, médicos sentem igualmente esta súbita rejeição pelos clientes, da mesma forma que assistentes sociais sentem necessidade de se afastar das pessoas que

---

esperam atendimento. Instala-se o desinteresse pelo trabalho, tudo que anteriormente “movia a alma” passa a ser indiferente ou irritante, sobrevém dificuldade de concentração nas atividades e *queda de desempenho* – sendo esta a terceira manifestação característica. O indivíduo percebe com inquietação e desânimo essa queda, ao mesmo tempo que diminui seu envolvimento pessoal no trabalho. Uma tonalidade *depressiva* caracteriza o humor, há perda de disposição, dificuldade para levantar, alterações do sono, num conjunto de manifestações que costuma exigir um diagnóstico diferencial das depressões. Em alguns casos, a ansiedade pode ser mais evidente que a depressão – que se mantém submersa (FREUDENBERGER, 1980). A *insensibilidade*, que emerge no que foi identificado como um fenômeno de despersonalização por Malash (1982), transforma e endurece o relacionamento dos *cuidadores* com as pessoas que recebem seus serviços (Maslach tem desenvolvido muitas pesquisas sobre *burn-out* adotando como referencial a teoria do estresse, ao passo que Freudenberger é médico psicanalista). Em nossa prática clínica, tivemos oportunidade de verificar um forte sentimento de culpa em professoras, ao perceberem os próprios impulsos agressivos e rejeição voltados aos alunos. (SELIGMANN-SILVA, 2011, p.525-526)

Vieira (2010, p.271-272) traz contribuições da psicóloga Christina Malasch e de outros autores para a questão. Dela destaca três componentes principais do burnout: exaustão emocional (“caracterizada por cansaço extremo e sensação de não ter energia para enfrentar o dia de trabalho”), despersonalização (“adoção de atitude de insensibilidade ou hostilidade em relação às pessoas que devem receber o serviço/cuidado”) e perda da realização profissional (“sentimentos de incompetência de frustração pessoal e profissional”).

De Pines e Aronson (1981), a autora realça a definição de “estado de exaustão física, emocional e mental”, em que há “sentimentos de desamparo, desesperança, de star preso numa armadilha, pouco entusiasmo, irritabilidade, além de cansaço físico e emocional e de baixa autoestima”. De Shirom e Melamed, Vieira destaca as três dimensões do burnout e sua ocorrência como reação ao estresse crônico: fadiga física (“sensação de cansaço e baixa energia na execução de tarefas cotidianas, como, por exemplo, acordar pela manhã para ir ao trabalho”); exaustão emocional (“sensação de estar fraco demais para ter empatia com clientes ou colegas e não ter a energia necessária para investir em relacionamentos interpessoais no trabalho”); e desgaste cognitivo (“sensação de raciocínio lento e baixa agilidade mental”).

Muitas vezes, as matérias jornalísticas fazem comparações entre o burnout e a depressão, como veremos a seguir, e se limitam a fazer relação com o estresse sem

---

considerar a dimensão da organização do trabalho, o que é fundamental. O jornalismo não cumpre, assim, seu papel de direito-meio. Pelo contrário, pode contribuir para a culpabilização do indivíduo, especialmente por alimentar e realçar valores de um ideal de trabalhador polivalente que não existe de verdade.

Na cena contemporânea, o discurso empresarial, em consonância com os meios de comunicação, veicula, colado ao ideal e à meta de excelência, a imagem de um colaborador autônomo, hiper-responsável e perfeito. O ideal de perfeição é o novo modelo e traz em si a visão de uma saúde e de uma disposição inesgotáveis. A imagem é impregnada de onipotência. O empregado – ou *colaborador*, no discurso empresarial – recebe a imposição – feita com sutileza – de uma imagem que extrapola os limites humanos e a identidade pessoal que constituiu ao longo da vida. Fabricada e projetada “de fora”, a imagem ideal é interiorizada e vira autoimagem. Nela, é *abstraido* o ser humano que tem um corpo e uma fisiologia, afetos e vínculos sociais, limites e necessidades próprios. Existe apenas a imagem ideal do “produtor incansável”. No ideal de perfeição fica implícita a ideia de saúde perfeita (SFEZ, 1996; SELIGMANN-SILVA, 2001). A persistência continuada em corresponder ao modelo assim interiorizado, negando o próprio desgaste, encontra após certo tempo seu limite, desembocando na crise de *burn-out*. (SELIGMANN-SILVA, 2011, p.528-529)

#### 4. A cobertura jornalística do burnout

Para esta análise, como explicado na introdução, foram escolhidas 12 matérias jornalísticas. De forma geral, as matérias falam de sobrecarga de trabalho; ligam o burnout ao estresse; relacionam com a depressão; muitas vezes individualizam a questão; não destacam ou refletem a organização do trabalho de forma efetiva, muitas vezes nem passando pela questão; algumas tentam listar sintomas que parecem funcionar como um guia para a pessoa se autodiagnosticar; muitas consultam especialistas, e uma fonte que se repete é a Isma-BR (International Stress Management Association), o que talvez explique o enfoque excessivo na abordagem do estresse e não na contextualização e análise crítica da organização do trabalho.

Ainda podemos ressaltar que as notícias podem ser motivadas pelo adoecimento de uma pessoa conhecida como no caso das publicações de 2018, o que impulsionou 4 matérias de 6 no corpus selecionado. Essas matérias abordavam o caso da jornalista

Izabella Camargo, apresentadora substituta do telejornal Hora Um, da Rede Globo, que teve burnout.

Duas matérias podem ser destacadas como exceção por trazerem um panorama mais completo, as publicações da Zero Hora (2017) e da BBC (2016).

<b>Quadro de matérias analisadas</b>	
<b>2018</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li> <p>☐ <b>1. Redação Minha Vida</b></p> <p>Izabella Camargo é diagnosticada com Síndrome de Burnout</p> <p><i>Jornalista falou sobre pausa que precisou fazer para cuidar de si; veja sintomas e causas da doença</i></p> <p><a href="https://www.minhavidacom.br/bem-estar/noticias/33939-izabella-camargo-e-diagnosticada-com-sindrome-de-burnout">https://www.minhavidacom.br/bem-estar/noticias/33939-izabella-camargo-e-diagnosticada-com-sindrome-de-burnout</a></p> </li>   <li> <p>☐ <b>2. Revista Saúde da Abril</b></p> <p><b>O que é a síndrome de Burnout?</b></p> <p>Conheça as causas, os sintomas e o tratamento da síndrome de burnout, que afetou recentemente a jornalista Izabella Camargo, demitida da Globo</p> <p><a href="https://saude.abril.com.br/mente-saudavel/o-que-e-a-sindrome-de-burnout/">https://saude.abril.com.br/mente-saudavel/o-que-e-a-sindrome-de-burnout/</a></p> </li>   <li> <p>☐ <b>3. Folha de S.Paulo</b></p> <p><b>Sobrecarga de trabalho pode causar curto-circuito, a síndrome de burnout</b></p> <p><a href="https://www1.folha.uol.com.br/sobretudo/carreiras/2018/05/1969024-sobrecarga-combinada-a-frustracao-profissional-pode-causar-curto-circuito.shtml">https://www1.folha.uol.com.br/sobretudo/carreiras/2018/05/1969024-sobrecarga-combinada-a-frustracao-profissional-pode-causar-curto-circuito.shtml</a></p> </li>   <li> <p>☐ <b>4. Bol / Uol Viva Bem</b></p> <p><b>Síndrome de Burnout: as causas e como tratar problema de Izabella Camargo</b></p> </li> </ul>



	<p><a href="https://noticias.bol.uol.com.br/ultimas-noticias/entretenimento/2018/10/19/burnout-saiba-como-identificar-e-tratar-sindrome.htm?cmpid=copiaecola">https://noticias.bol.uol.com.br/ultimas-noticias/entretenimento/2018/10/19/burnout-saiba-como-identificar-e-tratar-sindrome.htm?cmpid=copiaecola</a></p> <p>▣ 5. TV e Famosos Uol <b>De licença, moça do tempo da Globo revela sofrer de doença: "Tive apagões"</b> <a href="https://tvefamosos.uol.com.br/noticias/redacao/2018/10/18/de-licenca-medica-moca-do-tempo-da-globo-revela-sofrer-de-doenca.htm">https://tvefamosos.uol.com.br/noticias/redacao/2018/10/18/de-licenca-medica-moca-do-tempo-da-globo-revela-sofrer-de-doenca.htm</a></p> <p>▣ 6. Viva Bem Uol <b>Cuidar da mente para uma vida mais harmônica</b> Burnout: saiba tudo sobre a síndrome do esgotamento profissional <a href="https://vivabem.uol.com.br/noticias/redacao/2018/03/21/burnout-saiba-tudo-sobre-a-sindrome-do-esgotamento-profissional.htm">https://vivabem.uol.com.br/noticias/redacao/2018/03/21/burnout-saiba-tudo-sobre-a-sindrome-do-esgotamento-profissional.htm</a></p>
2017	<p>▣ 1. Revista Isto é <b>Síndrome de Burnout: quando o trabalho passa dos limites</b> <b>Parecida com a depressão, a síndrome é causada pelo estresse excessivo na carreira profissional. Saiba como detectar se você pode estar sofrendo da doença e como evitá-la</b> <a href="https://istoe.com.br/sindrome-burnout-trabalho">https://istoe.com.br/sindrome-burnout-trabalho</a></p> <p>▣ 2. Bem Estar <b>Sintomas do Bournout são parecidos com os da depressão, mas desencadeados pelo trabalho</b> Mais de 70% dos trabalhadores brasileiros sofrem algum tipo de sequela do estresse. Em cada 100 milhões de pessoas, a Síndrome de Burnout atinge 32%. No ranking, o Brasil só perde para o Japão. <a href="https://g1.globo.com/bemestar/noticia/sintomas-da-sindrome-de-burnout-sao-parecidos-com-os-da-depressao-mas-desencadeados-pelo-trabalho.ghtml">https://g1.globo.com/bemestar/noticia/sintomas-da-sindrome-de-burnout-sao-parecidos-com-os-da-depressao-mas-desencadeados-pelo-trabalho.ghtml</a></p>

	<p>☐</p> <p>☐ 3. Gaucha ZH (Zero Hora)</p> <p><b>Estresse, desmotivação, irritação: conheça o burnout, síndrome do esgotamento profissional</b></p> <p>Pressão, falta de confiança entre os colegas, jornadas longas e discrepância entre expectativas do trabalhador e o que é exigido podem levar ao desgaste emocional e físico</p> <p><a href="https://gauchazh.clicrbs.com.br/saude/vida/noticia/2017/06/estresse-desmotivacao-irritacao-conheca-o-burnout-sindrome-do-esgotamento-profissional-9829799.html">https://gauchazh.clicrbs.com.br/saude/vida/noticia/2017/06/estresse-desmotivacao-irritacao-conheca-o-burnout-sindrome-do-esgotamento-profissional-9829799.html</a></p>
2016	<p>☐</p> <p>☐ 1. BBC</p> <p><b>Por que estamos todos tão cansados?</b></p> <p><a href="https://www.bbc.com/portuguese/vert-fut-36940400">https://www.bbc.com/portuguese/vert-fut-36940400</a></p>
2015	<p>☐ 1. Revista Claudia</p> <p><b>Burnout: os sinais da síndrome que é causada pelo esgotamento no trabalho</b></p> <p>Acúmulo de tarefas, cobranças excessivas, perfeccionismo e foco no trabalho como fonte exclusiva de prazer levam ao esgotamento físico e mental. Reconheça os sinais da síndrome de burnout e aja antes de acabar exaurida.</p> <p><a href="https://claudia.abril.com.br/saude/burnout-os-sinais-da-sindrome-que-e-causada-pelo-esgotamento-no-trabalho/">https://claudia.abril.com.br/saude/burnout-os-sinais-da-sindrome-que-e-causada-pelo-esgotamento-no-trabalho/</a></p>

Um fator que deve ser considerado é que os próprios jornalistas podem ser vítimas do burnout, o que mostra parte das matérias de 2018 ao relatar o caso da apresentadora da Rede Globo. O que reforça a importância de se abordar a organização do trabalho, já que esses profissionais estão submetidos a longas jornadas, sobrecargas de trabalho, cobranças por metas (produtividade ou audiência), tentam o tempo todo

---

ultrapassar seus limites, veem a profissão com fetiche, paixão, amor ou missão. Não se reconhecem como trabalhadores, ganham baixos salários e têm os direitos trabalhistas e previdenciários desrespeitados. Estudos como Reimberg (2015), Heloani (2003) e Ribeiro (2001) detalham essas situações a partir de entrevistas e pesquisas qualitativas.

Fica claro com os depoimentos que os jornalistas gostam muito de seu trabalho. Esse envolvimento de certa forma os impede de lutar por melhores condições de trabalho. Os direitos são deixados de lado, e cada um vai encontrando formas de lidar com o sofrimento, emergindo as subjetividades dos sujeitos. Mas mesmo com todo esse envolvimento, em quatro casos relatados, três jornalistas pediram demissão porque não aguentavam mais a situação de trabalho em que viviam, tanta eram a pressão e a intensidade do trabalho, mesmo gostando muito do que faziam. Todos continuam fazendo jornalismo, pois como disse um deles, não saberia fazer outra coisa. (REIMBERG, 2015, p.351)

Essa pesquisa (Ibid, p.355) mostra que o sofrimento no trabalho também está atrelado à organização do trabalho. Os jornalistas entrevistados consideraram sofrimento “as condições precárias de trabalho, a pressão do tempo, a baixa remuneração, o próprio ato de escrever, a falta de condições e recursos para realizar o trabalho”. Outros aspectos relatados foram “a falta de preparo, temas com os quais não há afinidade, falta de reflexão, a perseguição, a falta de liberdade para se expressar e não fazer o jornalismo que acredita”.

Essas características do trabalho do jornalista podem compor um cenário propício ao aparecimento do esgotamento profissional, o que foi demonstrado no estudo citado, em que foi comum relato de desgastes físico e mental entre os jornalistas entrevistados.

Ao se discutir a presença de dores e adoecimentos no trabalho ficou claro que muitos sintomas sentidos pelos jornalistas ocorrem porque o limite do corpo foi ultrapassado devido a um ritmo intenso de trabalho e uma organização do trabalho precarizada, que sulca o máximo do profissional. “Os jornalistas relataram problemas como cansaço, ansiedade, insônia, dor de cabeça, dor na coluna, dor de pescoço, faringite, ronquidão, dor de garganta, LER/DORT e pressão alta” (Ibid) .

---

Comparando os resultados da pesquisa citada<sup>3</sup> com a breve análise de conteúdo realizada sobre a cobertura jornalística do burnout, constatamos que os jornalistas encontram dificuldades para exercer o papel do jornalismo enquanto direito-meio que pode contribuir para a cidadania e a democracia já que não possuem condições adequadas de trabalho para produzir um texto com melhor qualidade, assim como o espaço dado à cobertura jornalística de adoecimentos relacionados ao trabalho é limitado, como vemos pelas matérias selecionadas sobre burnout, prevalecendo narrativas individualizantes e que não exploram as complexidades da organização do trabalho e sua precarização.

### Referências bibliográficas

GENTILLI, Victor. **Democracia de Massas: Jornalismo e Cidadania**: estudo sobre as sociedades contemporâneas e o direito dos cidadãos. Porto Alegre: EDIPUCRS, 2005.

HELOANI, José Roberto. **Mudanças no Mundo do Trabalho e Impacto na Qualidade de Vida do Jornalista**. São Paulo, Fundação Getúlio Vargas, NPP – Série Relatórios de Pesquisa – Relatório n° 12/2003.

REIMBERG, Cristiane Oliveira. **O exercício da atividade jornalística na visão dos profissionais**: sofrimento e prazer na perspectiva teórica da psicodinâmica do trabalho. São

---

<sup>3</sup>Destacamos os pontos levantados em nossa pesquisa anterior pelos jornalistas entrevistados sobre “o que seria necessário para melhorar as condições de trabalho e saúde do jornalista e foram levantados aspectos ligados à organização do trabalho. Alguns jornalistas mais jovens destacaram que esse é um momento de transição no jornalismo, em que estão se rompendo paradigmas, mas não se sabe ao certo qual será o futuro. Tanto mais jovens quanto os mais velhos defendem que mesmo com as transformações, o jornalismo é necessário à democracia. De uma forma geral, os pontos levantados durante as entrevistas sobre as melhorias das condições foram: o cumprimento da jornada de 7 horas com a devida compensação ou pagamento de horas extras, quando essas forem necessárias, e folgas logo após os plantões; mais jornalistas contratados pelas redações em contraponto aos cortes que têm acontecido; melhor aproveitamento do modelo *home office*, pois se perde muito tempo no trânsito; apoio psicológico ao jornalista; investimento das empresas no aperfeiçoamento e capacitação dos jornalistas; mais recursos para as coberturas; autonomia; busca de novas alternativas na internet de uma lado e o reconhecimento por outro de que ainda não se aprendeu a ganhar dinheiro com notícias na rede (o negócio jornal impresso ainda é mais lucrativo do que ela); melhor remuneração, inclusive para os *freelancers*; rever o modelo de dar conta de tudo e produzir a todo custo, pensando mais na qualidade dos produtos oferecidos ao leitor/receptor/telespectador/ouvinte/internauta; acabar com o uso indevido da pessoa jurídica; registro como celetistas dos trabalhadores que atuam diretamente nas redações e estão precarizados; por outro lado houve quem defendesse que o jornalista se libertasse do modelo de funcionário e buscasse criar seus próprios meios e estruturas menores; direitos como alimentação, transporte e saúde; relações de trabalho horizontais e mais diálogo para a elaboração dos trabalhos, inclusive com outros setores, como o de tecnologia; formações de núcleos de trabalho com diferentes profissionais – edição, reportagem, fotografia, diagramação; união dos jornalistas para enfrentar as demissões e a não efetivação de direitos; criação de veículos de comunicação próprios; misturar jornalistas jovens e mais experientes; participar da discussão de novos modelos de negócios; diminuir a sobrecarga de trabalho; oferecer condições materiais para a realização do trabalho. Um entrevistado defendeu ainda a criação do Conselho Federal de Jornalistas, com a função de coibir abusos em relação ao trabalho.” (REIMBERG, 2015, p. 354). O jornalista que defendeu a criação do Conselho foi Audálio Dantas.

---

Paulo: Escola de Comunicações e Artes, Universidade de São Paulo - Tese (Doutorado), 2015. Disponível em: <<http://www.fundacentro.gov.br/biblioteca/biblioteca-digital/acervodigital/detalhe/2015/7/o-exercicio-da-atividade-jornalistica-na-visao-dos-profissionais-sofrimento-e-prazer-na>> Acesso em: 30 maio 2018.

RIBEIRO, Jorge Cláudio. **Sempre Alerta** - Condições e Contradições do Trabalho Jornalístico. São Paulo: Editora Brasiliense e Olho D'água, 2001.

SELIGMANN-SILVA, Edith. **Trabalho e desgaste mental**: o direito de ser dono de si mesmo. São Paulo: Cortez, 2011.

TRAQUINA, Nelson. **Teorias do jornalismo. A tribo jornalística** – uma comunidade interpretativa transnacional. Florianópolis: Insular, 2. Ed, 2008.

\_\_\_\_\_. **Teorias do jornalismo, por que as notícias são como são**. Florianópolis: Insular, 2. Ed, 2005.

VIEIRA, Isabela. Conceito (s) de *burnout*: questões atuais da pesquisa e a contribuição da clínica. **Rev. bras. saúde ocup.**, São Paulo, v. 35, n. 122, p. 269-276, Dez. 2010. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rbso/v35n122/a09v35n122.pdf>>. Acesso em: 20 Nov. 2018.