

---

## **Jornalismo do Esgotamento: Estudo Sobre o Trabalho Jornalístico na Pandemia e seus Reflexos na Saúde dos Jornalistas<sup>1</sup>**

Gabriela Ferreira<sup>2</sup>

Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro (PUC-Rio), RJ

**RESUMO:** Este é um artigo do campo da Economia Política da Comunicação que dialoga com estudos que analisam o processo de produção de notícias pensado a partir da categoria trabalho, dentro de uma perspectiva marxista clássica. Neste contexto, o artigo busca entender a precarização da profissão a partir da percepção do próprio jornalista em campo, buscando compreender como ele enxerga sua saúde e qualidade de vida dentro da profissão, principalmente após a pandemia do coronavírus. A pesquisa tem como base métodos quantitativos e qualitativos aplicados sobre uma amostra de 166 respostas de um questionário e entrevistas em profundidade com repórteres de hard news do Rio de Janeiro. Foi constatado um crescimento da precarização do jornalismo, além do aumento dos sintomas de burnout entre os profissionais da área.

**PALAVRAS-CHAVE:** Jornalismo; trabalho; estresse; covid-19

### **TEXTO DO TRABALHO:**

Até o fechamento deste artigo, pelo menos nove jornalistas brasileiros tinham morrido em decorrência do novo coronavírus<sup>3</sup>. Os números poderiam representar mera fatalidade, a contração de uma doença que matou milhões no mundo, mas não. No Rio de Janeiro, o SBT pediu que o *compliance* do Grupo Silvio Santos investigue se a direção obrigou funcionários a trabalharem mesmo com sintomas da doença<sup>4</sup>, depois da morte do editor de imagem José Augusto Nascimento Silva, de 57 anos, infectado com a covid-19. Naná, como era conhecido, enviou um áudio dias antes a colegas questionando o fato de ter que

---

<sup>1</sup> Trabalho apresentado no GP Economia Política da Informação, Comunicação e Cultura, XX Encontro dos Grupos de Pesquisas em Comunicação, evento componente do 43º Congresso Brasileiro de Ciências da Comunicação.

<sup>2</sup> Mestranda na Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro (PUC-Rio), email: [gabriela.matos.ferreira@gmail.com](mailto:gabriela.matos.ferreira@gmail.com)

<sup>3</sup> Reportagem do Portal Imprensa sobre a morte de jornalistas com covid19 no Brasil. Disponível em: [http://portalimprensa.com.br/noticias/ultimas\\_noticias/83830/covid+levou+a+morte+9+jornalistas+no+brasil+e+171+em+toda+a+america+latina](http://portalimprensa.com.br/noticias/ultimas_noticias/83830/covid+levou+a+morte+9+jornalistas+no+brasil+e+171+em+toda+a+america+latina) Acessado em 12 de Outubro de 2020.

<sup>4</sup> Reportagem da Revista Veja sobre investigações no SBT. Acessado em agosto de 2020. Disponível em: <https://veja.abril.com.br/blog/veja-gente/sbt-aciona-compliance-apos-surto-de-covid-19-no-rio-mp-quer-fuchar-sede/> Acessado em 10 de Setembro de 2020.

---

trabalhar normalmente junto com outros profissionais com a suspeita de infecção. A emissora teve um surto da doença na sucursal carioca. Pouco tempo depois, outro funcionário do SBT morreu com coronavírus<sup>5</sup>.

É claro que a pandemia trouxe mudanças de formatos, locais de trabalho e alterações das mais diversas nas dinâmicas de trabalho dentro das redações. Mas mais que isso, escancarou não só toda a precarização a que está exposta o jornalismo brasileiro (FÍGARO, 2017), como também a situação de sofrimento psíquico pela qual passam os profissionais da área (HELOANI, 2006). Nesse contexto, a proposta deste artigo é investigar como as dinâmicas das redações têm afetado a saúde física e mental dos jornalistas, principalmente após o contexto da pandemia de covid-19. Para tal, pensamos o processo de produção de notícias a partir da categoria trabalho, com base no marco teórico da Economia Política da Comunicação (BOLANO, 2017; BRITOS E GASTALDO, 2006; GORZ; 2005; SENNETT, 1999), dentro de uma perspectiva marxista clássica. Partimos do pressuposto de que a fragilização do trabalho jornalístico já vinha ocorrendo com a crise do capital, do valor mercadoria (FIGUEIREDO, 2010), e foi agravada após a pandemia.

Esta investigação tem alguns objetivos, o principal deles é entender a precarização do fazer jornalístico a partir da percepção do próprio jornalista em campo. O segundo é dar voz a esse jornalista, buscando compreender como ele enxerga a sua saúde e qualidade de vida dentro da profissão, principalmente após a pandemia de covid-19, observando também de que maneira esse olhar se repete durante a pesquisa, o quanto ele é compartilhado. Um terceiro objetivo é não apenas tornar a prática jornalística mais visível, mas destituir o implícito, e entender como os processos de dominação atuam sobre o fazer jornalístico, além de escancarar suas consequências, tanto para o produtor de notícias como para o produto consumido pela sociedade.

---

<sup>5</sup> Reportagem da São Paulo sobre a morte do segundo funcionário do SBT por coronavírus. Disponível em: <https://www1.folha.uol.com.br/cotidiano/2020/04/morre-o-segundo-funcionario-do-sbt-no-rio-de-janeiro-por-coronavirus.shtml> Acessado em 12 de Outubro de 2020.

Para tal, a pesquisa tem como base métodos quantitativos e qualitativos aplicados sobre uma amostra de 166 respostas de um questionário e entrevistas em profundidade com repórteres de hard news do Rio de Janeiro. O levantamento mostra um aumento dos sintomas de estresse, ansiedade, insônia, entre outros, sentidos pelos profissionais da área.

Antes da pandemia, o relatório Digital News Project<sup>6</sup>, do Reuters Institute, entrevistou 200 profissionais de altos cargos de empresas de comunicação dos Estados Unidos, no fim do ano de 2018. Entre os inúmeros desafios relatados, como atrair e reter talentos, 61% deles afirmaram que estavam preocupados ou muito preocupados com a síndrome de Burnout - ou "estresse crônico" - na definição da Organização Mundial da Saúde. Em maio, a OMS anunciou a inclusão da síndrome de Burnout na Classificação Internacional de Doenças<sup>7</sup>: uma lista, baseada nas conclusões de especialistas do mundo todo, usada para verificar tendências e estatísticas de saúde. Entre os sintomas<sup>8</sup> da síndrome, que se refere especificamente ao ambiente profissional, estão a sensação de esgotamento físico e emocional (exaustão, dores de cabeça, pressão alta, dores musculares) e perda da eficácia profissional, que se refletem em outros comportamentos como isolamento, ausências no trabalho, mudanças bruscas de humor, depressão, lapsos de memória, entre outros. A curva ascendente de profissionais com perfis excessivamente estressados mostram o ambiente de "alta pressão" em que trabalham os jornalistas que lidam com o noticiário diário nas grandes empresas, ditas "tradicionais". Segundo o Maslach Burnout Inventory, a escala mais famosa de avaliação da síndrome de burnout, há seis principais gatilhos para o desenvolvimento do estresse crônico: sobrecarga de trabalho; falta de controle sobre tarefas; a falta de recompensa (econômica ou social); pouco de senso de

---

<sup>6</sup> Digital News Predictions. Disponível em <https://www.niemanlab.org/collection/predictions-2019/>.

<sup>7</sup> Fonte: France Press: <https://g1.globo.com/ciencia-e-saude/noticia/2019/05/27/oms-define-sindrome-de-burnout-como-estresse-chronico-e-a-inclui-na-lista-oficial-de-doencas.ghtml>

<sup>8</sup> Sintomas da síndrome de Burnout, por Drauzio Varella. Disponível em: <https://drauziovarella.uol.com.br/doencas-e-sintomas/sindrome-de-burnout-esgotamento-profissional/>

---

comunidade (de troca emocional e assistência instrumental); ausência de justiça (percebida por sentimentos de desrespeito ou desigualdade) e conflito de valores (quando os valores pessoais não estão alinhados com os da organização). Ao longo desta pesquisa, veremos o quanto os gatilhos estão mais próximos dos jornalistas, e o quanto isso pode ter relação com a crise de credibilidade do campo.

### **1. Do dever social à financeirização: o que é status e o que é realidade**

Desde o início do século XX, quando o Brasil adotou o modelo industrial norte-americano de produção de notícias, a informação<sup>9</sup> passou a ser vista como mercadoria pelos grandes grupos econômico-comunicacionais que compraram as velhas redações do século XIX. Jornalistas acostumados a escrever longos artigos de opinião passaram a trabalhar no modelo de reportagem, um jornalismo que se dizia informativo, neutro e imparcial. Esta dinâmica mercadológica tinha como objetivo vender exemplares, e foi neste contexto que o jornalismo brasileiro importou técnicas como o *lead* e a pirâmide invertida e usou recursos do entretenimento (*infotainment; fait-divers*) para atrair, além do público, anunciantes. A ideia era importar um modelo comercial de notícias, o que no Brasil acabou por nunca se sustentar por si só, uma vez que o jornalismo também foi subsidiado por recursos públicos. A contradição em termos deste modelo já estava aí posta: para Rodrigues (2017), a mídia nativa era "politicamente uma defesa dos interesses liberais, economicamente uma situação de dependência do mesmo estado provedor a que combate".

Com a chegada e comercialização da internet, no final do século XX e início do XXI, os veículos, antes principais meios de transmissão de informações para a sociedade, perderam o controle sobre o conteúdo. Quem antes era chamado de "audiência", passou a ter poderes de produção de informação (em sites e blogs), divulgação e julgamento, em qualquer hora e lugar, sem as limitações dos modelos de imprensa escrita ou audiovisual (ANDERSON *et al.*, 2013). Se por um lado a descentralização trouxe uma possibilidade de democratizar o acesso à informação reduzindo os custos, por outro a sustentação econômica da indústria da mídia teve seu

---

<sup>9</sup> Neste ensaio vou me referir à "informação" como informação jornalística ou de opinião dentro do processo comunicacional contemporâneo.

---

baque inicial com queda brusca de receitas, com o começo da migração dos anunciantes para o universo online, onde os anúncios eram muito mais baratos.

A receita dos meios de comunicação despencou mesmo com o que os pesquisadores de Columbia (2017) chamaram de "segunda onda de transformação no jornalismo": a chegada das redes sociais. Com sua própria página, o público passou também a enviar, comentar e compartilhar informação, dando às empresas de tecnologia acesso não só a dados pessoais como o poder de distribuidores de informação, deixado empresas como Google, Facebook, Snapchat e Twitter assumirem papéis antes representados pelos meios de comunicação tradicionais.

Na última década, a terceira revolução no jornalismo analisada pelos pesquisadores de Columbia (2017) veio da tela do celular, somada a uma web móvel privatizada. Com um número cada vez maior de acessos à internet pela tela do celular - no Brasil, em 98,7% dos domicílios em que havia acesso à internet, o telefone móvel era usado para este fim<sup>10</sup> - as plataformas passaram a exercer não só o papel de distribuidoras, como a determinar o que o público vê com base nas métricas: o conteúdo mostrado tem como base a memória de cliques anteriores. Além disso, a fim de "monetizar" o conteúdo, várias páginas de sites jornalísticos e outros conteúdos só podem ser acessadas caso o público pague por eles, o que se distancia bastante dos princípios da web aberta democratizante. O poder editorial ficou nas mãos de poucas empresas de tecnologia, gerindo bilhões de perfis sociais nas redes, além de grande parte dos anunciantes. E assim, a conta da crise do modelo de negócios das empresas de comunicações chegou nas redações. Embora não haja dados nacionais acerca de demissões e contratações na imprensa brasileira, a agência de jornalismo *Volt Data Lab*<sup>11</sup> calculou 2.327 demissões de jornalistas de 2012 até agosto de 2018, sendo 45% do total em jornais impressos. Nas empresas de mídia em geral, os cortes chegaram a 7.817 no período. Um dos reflexos do esvaziamento das redações é a sobrecarga de trabalhar em pequenos grupos com demandas cada vez maiores, em um ambiente de incertezas em relação ao seu próprio cargo, além dos altos níveis de competitividade

---

<sup>10</sup> Fonte: IBGE. Disponível em <https://educa.ibge.gov.br/jovens/materias-especiais/20787-uso-de-internet-televisao-e-celular-no-brasil.html#subtitulo-1>. Acessado em novembro de 2019.

<sup>11</sup> Projeto A Conta dos Passaralhos. Disponível em: <http://passaralhos.voltdata.info/>. Acessado em novembro de 2019.

---

não só entre profissionais de outros veículos (quem vai dar o furo ou quem vai publicar em primeira mão determinada notícia), como dos próprios pares, além de receber pela atividade uma baixa remuneração. Segundo dados da Federação Nacional dos Jornalistas (Fenaj), no Estado do Rio de Janeiro, o salário normativo de um profissional de rádio e TV varia de R\$ 1.590,00 para uma jornada de cinco horas, e R\$ 2.226,00 para sete horas diárias de tempo de trabalho. Como afirmou Bolaño (2017), há um:

"apagamento das fronteiras entre as diferentes especialidades jornalísticas, com o repórter executando, por exemplo, a função de fotógrafo. As atividades próprias do jornalista vão-se, assim, de um modo geral, esvaziando, sendo simplificadas, enquanto outras, antes ligadas a áreas como a informática, ganham relevância e passam a fazer parte das ferramentas intelectuais que o jornalista é obrigado a dominar. O resultado é um amplo processo de desqualificação e re-qualificação, em detrimento do instrumental crítico, anteriormente vinculado à formação desses profissionais. Os limites à subsunção do trabalho intelectual vão sendo assim rompidos, o que, diga-se de passagem, não garante a rentabilidade ou a competitividade" (p.95).

Além disso, partir das ideias de "descentralização" e "mobilidade", que se impuseram sobre o modo como se consomem as notícias, as empresas - mesmo resistindo com seus modelos fordistas de trabalho das redações, com centralização dos processos de produção e distribuição massificada - adotaram conceitos neoliberais, como por exemplo o que Sennett (1999) chamou de "capitalismo flexível", aquele que não se acorrenta à burocracia, que exige agilidade, processos rápidos de mudanças, tudo em curtíssimo prazo. O discurso da flexibilidade empresarial ficou contemporâneo, embora o trabalho tal qual uma indústria tenha permanecido nas redações, ainda que com mais instabilidade, com vagas temporárias e *freelas*, que limitam a experiência de compromisso e confiança.

Os impactos de tantas transformações estão presentes nas microrrelações de

---

trabalho das redações. Com ares colaborativos, a ética de trabalho agora toma caminhos diferentes, o chefe é "facilitador", a rotina é criada pelo próprio profissional, além da sua motivação e autogestão. A acumulação de capital se dá também por novas formas de exploração, a do saber pessoal, do capital humano. Para Gorz (2003), os empregados têm que se tornar empresas, respondendo pela sua rentabilidade: "eles serão forçados a internalizar a pressão trazida pela lógica da obtenção do máximo de proveito possível. No lugar daquele que depende do salário, deve estar o empresário da força de trabalho, que providencia sua própria formação, aperfeiçoamento, plano de saúde, etc" (p. 10). Esse jogo de poder sem autoridade acabou, segundo Sennett (1999), alterando o caráter, que ele chamou de "traços pessoais a que damos valor em nós mesmos, e pelos quais buscamos que os outros nos valorizem" (p.10). Se temos medo de fracassar, se achamos o trabalho superficial, se não há quem reconheça nosso valor, há em torno disso um caráter destrutivo. O que Sennett argumenta é que, confrontados com as situações de risco e apreensão, as virtudes dos jornalistas não se fazem presentes: há uma ameaça ao caráter: "Por um terrível paradoxo, quando diminuimos a dificuldade e a resistência, criamos as condições mesmas para a atividade acrítica e indiferente por parte dos usuários" (1999; p.54). E, como veremos, a corrosão do caráter está totalmente relacionada ao sucateamento simbólico do jornalismo.

## **2. Um olho na tela e o outro também**

"As mudanças radicais de identidade, que acontecem bruscamente e intervalos muito breves, se provaram muito mais mortais e destrutivas dos valores humanos do que as guerras travadas com armas militares",  
McLuhan & McLuhan (1988; p.70)

Quando, na investigação sobre o problema do tempo, o filósofo italiano Giorgio Agamben (2009) propõe pensar o contemporâneo, o autor sugere que nos afastemos da nossa dinâmica social para observar - com a distância necessária para o olhar crítico - o tempo presente. O sujeito, para Agamben, é o resultado da sua interação com outros viventes e os dispositivos, que para ele podem ser quaisquer objetos que capturem e

---

exercem poder sobre o indivíduo. E assim o dispositivo atua no processo de subjetivação. Interessante notar que Agamben chama atenção para o fato de "os mais recentes" dispositivos, como os celulares e as câmeras de vigilância, por exemplo, não permitirem constatar a produção de um sujeito real, e sim fictício, num processo de dessubjetivação: "aquele que se deixa capturar no dispositivo telefone celular, qualquer que seja a intensidade do desejo que o impulsionou, não adquire, por isso, uma nova subjetividade, mas somente um número pelo qual pode ser controlado" (2009; p.48).

Marshall McLuhan (1988) também vai pensar na produção de novos significados a partir da interação dos indivíduos com os novos dispositivos. Ao tratar dos artefatos (língua, roupas, computadores) como extensões do corpo físico e da mente, McLuhan sublinha, no aforismo "o meio é a mensagem", a ênfase em como o meio é capaz de alterar social e psicologicamente um ambiente, com a introdução de uma nova tecnologia. Ao conferir seus impactos paradoxais na estrutura como um todo, a teoria tetrádica de McLuhan prevê quatro efeitos provocados por uma nova tecnologia, sendo eles: "a amplificação de alguns aspectos da sociedade; o envelhecimento (obsolescência) de aspectos da mídia dominante antes da emergência do novo meio; a proeminência de aspectos tornados obsoletos previamente; e a revitalização de mídias em consequência do pleno desenvolvimento do potencial do novo meio" (BRAGA, 2007).

Braga (2007), no entanto, ressalta não só as limitações de adaptar tal teoria para a era atual da comunicação, como lembra seus principais entraves, como o acesso desigual às tecnologias, que vem de desigualdades sócio-econômicas históricas, o que chamou de "info-exclusão". Além disso, na forma tetrádica de McLuhan, a tecnologia não é vista como neutra ou passiva, uma vez que ela dá e também tira: ela é expressão ativa da mente ou do corpo que transforma o usuário e seu ambiente, ou seja, é nova relação com o ambiente e a vida. E também tem um viés ideológico, que valoriza mais certas coisas do que outras (STRATE, BRAGA E LEVINSON, 2019), competindo com outras tecnologias por poder, dinheiro, revelando as relações do humano com a natureza.

E é justamente na materialidade que está ancorada essa nova configuração do ambiente, uma vez que a expansão do poder econômico e o papel do Estado transformaram as mídias na sua base tecnológica. A maneira com que foram



---

implementadas e estruturadas, suas bases legislativas estão relacionadas à produção de sentido e às configurações das práticas sociais. A materialidade técnica da mídia está diretamente relacionada com a forma com que é usada dentro do seu contexto social e político (STRATE; BRAGA; LEVINSON, 2019). As comunicações, nesse sentido, só podem ser estudadas dentro deste contexto global, de outros processos sociais. Do ponto de vista dos novos sistemas midiáticos, há uma dinâmica tecnológica paradoxal: se movimentos sociais conseguem usar a tecnologia para se fazer ouvir, ao mesmo tempo sofremos com notícias falsas e o jornalismo enfrenta dificuldades para ser viabilizado. De certa maneira, a esfera pública, como descreveu Habermas, ficou colonizada pela cultura do consumo, para além dos conteúdos. E até a audiência passou a ser uma commodity, um outro produto a ser vendido pelos produtores de conteúdo para grandes anunciantes.

Dentro do ambiente das redações, a partir do paradigma das redes sociais até a web móvel privatizada, podemos citar alguns comportamentos já naturalizados: 1) jornalistas tentam acompanhar todo o ciclo do noticiário de 24 horas (num fluxo ininterrupto de informação e sobrecarga de responsabilidade); 2) jornalistas usam seus celulares quase que ininterruptamente (para mandar mensagens para editores, redatores, fontes, público, família, além de monitorarem redes sociais, emails, sites, concorrentes, etc); 3) a rotina do jornalista começa na hora que ele chega na redação, sem hora para acabar. Está implícito que todos os jornalistas devem servir primeiro à notícia; 4) tudo é absolutamente imediato (o tempo real gera informações em estado bruto, o que gera insegurança de apuração; a publicação de determinada informação deve ser imediata; tudo é a curto prazo); 5) jornalistas não sabem o que é desconectar (das notícias ou redes sociais: espera-se que eles se mantenham sempre vigilantes); 6) jornalistas se preocupam com as métricas e buscam publicar conteúdos que impressionem as medições do Google (o constrangimento é público: nas *homepages* dos sites, estão disponíveis quais matérias registraram o maior número de visitas nos últimos minutos; além dos rankings feitos também dentro das redações); e 7) profissionais aceitaram trabalhar num ritmo frenético, sem liberdade editorial ou segurança na publicação (dadas as condições de mercado: se eu não fizer, outro faz).

Todas essas alterações no ambiente jornalístico - apesar da praticidade da conectividade e dos custos reduzidos de publicação - estão beneficiando aqueles que

---

têm o poder para controlar o funcionamento da redação. Brittos e Gastaldo (2006) falam em uma "internalização do controle", isso porque o poder não se mostra apenas repressivo, e sim sedutor, na análise foucaultiana, principalmente na esfera do desejo. A nova percepção do ambiente determina o que podemos e devemos fazer, e a necessidade do desejo se mantém constantemente evocada, e como afirmou Lucien Sfez (1994), o meio torna-se indissociável à condição humana. Além disso, ao criar uma dinâmica de produção de sentido, as mídias propõem padrões de comportamento e incitam uma auto-censura. Como assinalaram Brittos e Gastaldo (2006), "a questão acovardante 'o que os outros vão pensar?' é, desde a infância, nos mais diversos setores da sociedade, um mote para a submissão voluntária ao que está dado, ao que é consenso, àquilo com que todos concordarão, um poderoso (embora sutil) elemento inercial na sustentação de uma ordem social hegemônica" (p.124). No caso do jornalismo, chega a ser curioso: os jornalistas não podem usar as redes sociais para expressar opiniões por uma regra das organizações. No entanto, o controle da empresa é feito através do celular 24 horas por dia, uma vez que a notícia não tem hora para acontecer e o jornalista pode ser acionado a qualquer momento. O que seria então um processo de subjetivação, vira controle por parte do capital.

O jornalista, portanto, é produto e produtor, e Sfez (1994) pondera que essa confusão causa um mal estar, de fato uma patologia causada pelo excesso de informações e pelo delírio de não distinguir representação e expressão, e que as práticas midiáticas são as que mais podem nos introduzir no que o autor chamou de "tautismo": o processo confusional de comunicação que envolve tautologia, a repetição lógica, com autismo, o distúrbio de fechamento, sendo então o tautismo a comunicação sem personagem, que só leva em conta a si mesmo.

### **3. Mal-estar na redação**

Muito estresse (dentro da redação, assim que a pandemia começou). Teve uma época em que a gente se perguntava: 'o que está acontecendo com a gente?'. Eu olhava pela janela e perguntava: 'meu Deus, será que eu pulo daqui?'" - repórter do jornal O Globo, em entrevista em setembro de 2020

---

Não é só a exaustão que determina se um profissional sofre com a síndrome de Burnout. Segundo o Maslach Burnout Inventory<sup>12</sup>, um questionário de 22 perguntas para testar a síndrome, há seis componentes que tornam uma pessoa mais propensa ao burnout. Além da sobrecarga de trabalho, estão entre os fatores a falta de controle sobre tarefas, a falta de recompensa (econômica ou social), pouco de senso de comunidade (de troca emocional e assistência instrumental), ausência de justiça (percebida por sentimentos de desrespeito ou desigualdade) e o conflito de valores (quando os valores pessoais não estão alinhados com os da organização).

O método qualitativo desta pesquisa consistiu na entrevista em profundidade de cinco repórteres de hard news do Rio de Janeiro. As entrevistas semi-estruturadas contaram com perguntas que envolviam a descrição das rotinas de trabalho dos jornalistas (antes e pós-covid); o que significava violência no trabalho para os profissionais; a situação do emprego na pandemia; o uso de equipamentos próprios; impactos da profissão no relacionamento familiar, na qualidade de vida e na saúde mental e física dos profissionais; os sintomas de burnout; a precarização da profissão; o papel atual e o futuro da profissão; e a relação com os filhos (caso haja).

Os entrevistados tinham entre 29 e 47 anos e a maioria absoluta dos jornalistas que se submeteram à pesquisa apresenta estresse.. O tempo de profissão deles variava entre nove e 25 anos de jornalismo, o que mostra que todos eles têm experiência no campo. Todos os profissionais estavam à época da pesquisa, em setembro de 2020, cobrindo assuntos ligados ao coronavírus, inclusive um deles estava afastado por ter tido síndrome respiratória grave cerca de três meses depois de ter se curado do covid. O estudo mostrou que todos sem exceção reclamaram de falta de tempo para seus familiares, todos relataram que houve aumento ou no número de horas ou na densidade do trabalho durante a pandemia; todos relataram como violência no trabalho o assédio moral de gestores, pressão psicológica e ataques à imprensa na cobertura nas ruas.

Em relação à qualidade vida, quase todos (90%) relataram ter qualidade de vida ruim ou péssima. O único profissional que definiu sua qualidade de vida como boa, respondeu com a seguinte frase: "eu não faço esporte, não faço porra nenhuma, vou lá,

---

<sup>12</sup> <https://www.mindgarden.com/117-maslach-burnout-inventory> Acessado em dezembro de 2019.

bebo a minha cerveja, só bebo, e tá bom".

Todos usam pelo menos o celular próprio como instrumento de trabalho. Outros usam também computador, internet, roupa social (como uma exigência da empresa), maquiagem, etc.

A metade usava remédios e/ou álcool e/ou maconha para dormir. Os profissionais relataram dificuldades de desconectar das notícias, mesmo depois de chegar em casa após a jornada de trabalho. Todos afirmaram que o estresse que vivem hoje no trabalho é o mais alto desde sempre. Observamos o uso de álcool, ansiolíticos, antidepressivos e drogas entre os profissionais.

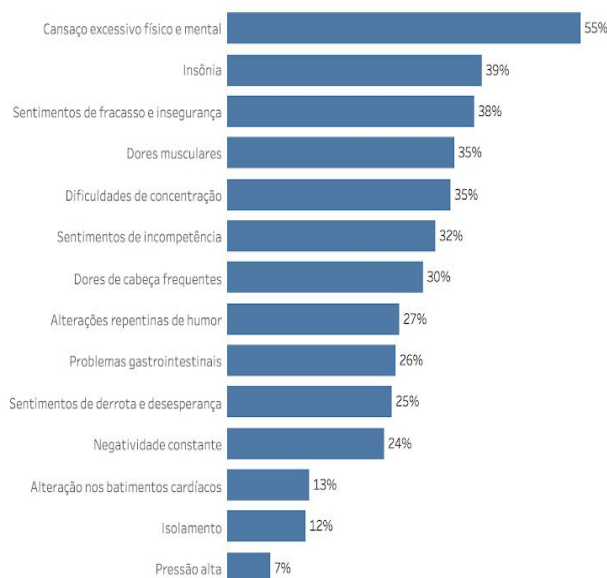
Os jornalistas também relataram precarização do trabalho do jornalista, principalmente no que diz respeito ao acúmulo de funções, diminuição de equipes. A maioria se admitiu ser um "número de matrícula", se entendendo "descartável". Houve menções a alta competitividade entre colegas de trabalho; e todos os entrevistados mencionaram o ambiente de vulnerabilidade constante.

Quando questionados sobre os sintomas da síndrome de burnout, todos os entrevistados disseram "sim" a cinco sintomas. Abaixo a tabela:

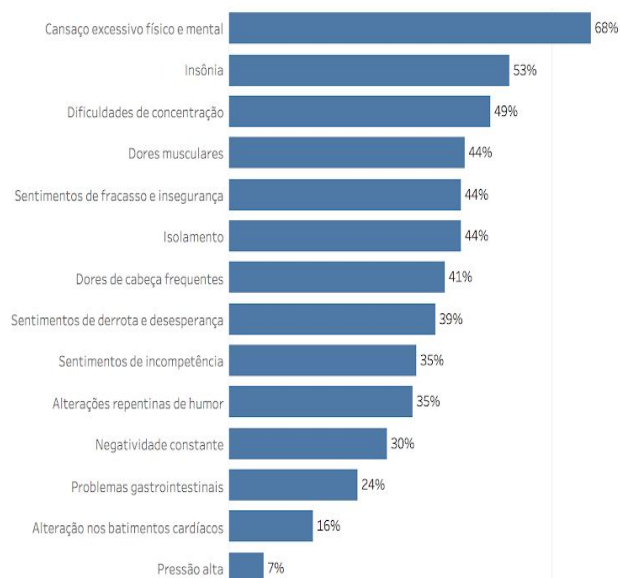
Idade?	47	40	32	29	33	Qtd de pessoas com o sintoma
Tempo de profissão?	25	20	10	9	10	
Sente cansaço físico e psicológico	sim	sim	sim	sim	sim	5
Sentimentos de fracasso e insegurança	sim	sim	sim	sim	sim	5
Sentimentos de incompetência	sim	sim	sim	sim	sim	5
Alterações repentinas de humor	sim	sim	sim	sim	sim	5
Dores musculares	sim	sim	sim	sim	sim	5
Dificuldades de concentração	não	sim	sim	sim	sim	4
Alteração nos batimentos cardíacos	sim	sim	não	sim	sim	4
Negatividade constante	não	não	sim	sim	sim	3
Sentimentos de derrota e desesperança	não	não	sim	sim	sim	3
Isolamento	não	sim	não	sim	sim	3
Problemas gastrointestinais	não	sim	sim	não	sim	3
Dores de cabeça frequentes	sim	não	não	sim	sim	3
Insônia	não	não	não	sim	sim	2
Pressão alta	sim	não	não	sim	não	2
Quantidade sintomas	8	9	9	13	13	

Já no método quantitativo de pesquisa adotado para este trabalho, 166 pessoas responderam ao questionário enviado pela rede social LinkedIn. Elas responderam sobre sua situação de trabalho antes e depois da pandemia, e sobre sintomas ligados ao estresse. Houve aumento em quase todos os sintomas ligados à síndrome, como mostra a tabela abaixo:

Antes da pandemia, você já sentia alguns dos sintomas abaixo



Após a pandemia, marque quais sintomas continuou a sentir



Diante do ambiente de vulnerabilidade em que os jornalistas relatam estarem inseridos, todo um cenário de fragmentação, o risco como uma necessidade diária a ser enfrentada, a microadministração do tempo, o monitoramento detalhado do ser, argumenta Sennett (1999) que não só geram ansiedade como isolam o indivíduo: "a falta de responsividade é uma reação lógica ao sentimento de que não somos necessários" (SENNETT, 1999). A fragmentação, para Sennett, ameaça a capacidade de construir narrativas sustentadas: "transposto para a área família, 'não há longo prazo' significa não mudar, não se comprometer e não se sacrificar" (1999, p.25), comportamento que podem, inclusive, estar relacionados a crise de credibilidade e narrativa do jornalismo.

## Conclusão

---

Faz-se necessário acompanhar o estado mental dos profissionais de jornalismo, e como ele se relaciona com as transformações em curso, uma vez que o aumento da carga de trabalho, o trabalho precário em home office pós-pandemia e a aceleração dos ritmos de trabalho continuam garantindo a produtividade e os lucros para o sistema do capital. É preciso pensar sobre os limites do trabalho e do corpo humano, e sobre o conceito de "descartável" num processo de produção de notícias.

### **Bibliografia:**

AGUIAR, Leonel; BRAGA, Adriana; BERGAMASCHI, Mara. *O chão de fábrica da notícia: contribuições para uma economia política da práxis jornalística*. Intercom, São Paulo, v.37, n.1, p. 111-132, jan./jun. 2014

ANDERSON, C.W.; BELL, Emily, SHIRKY, Clay. *Post-Industrial Journalism: Adapting to the Present*. Tow Center for Digital Journalism, Columbia Journalism School, 2013.  
«[http://towcenter.org/wp-content/uploads/2012/11/TOWCenter-Post\\_Industrial\\_Journalism.pdf](http://towcenter.org/wp-content/uploads/2012/11/TOWCenter-Post_Industrial_Journalism.pdf)».  
Acesso em novembro de 2019.

BRAGA, Adriana. *Comunicação On-line: uma perspectiva ecológica*. Revista Eptic, vol IX, n.3, set-dez. 2007.

BRITTOS, V; GASTALDO, É. *Mídia, poder e controle social*. Revista Alceu, Rio de Janeiro, v.7 - n.13 - p. 121 a 133 - jul./dez. 2006.

FIGUEIREDO, Carlos; BOLAÑO, César. Do Profissional ao Trabalhador: A Identidade do Jornalista nas Teorias Brasileiras. In: Encontro Nacional de Pesquisadores em Jornalismo, 16, São Paulo, 2018. Anais... São Paulo, 2018. Disponível em:  
<<http://sbpjour.org.br/congresso/index.php/sbpjour/sbpjour2018/paper/viewFile/1511/931>>.  
Acesso em: 26 set. 2020.

GORZ, André. *O imaterial: conhecimento, valor e capital*. São Paulo: Annablume, 2005.

HELOANI, Roberto, *O trabalho do jornalista: estresse e qualidade de vida*. São Paulo: Interações, 2006; Volume 22:171-198.

MARX, Karl. *Para a crítica da Economia Política. Escritos de 1857*. Berlim, 1972.

McLUHAN, Marshall, & McLUHAN Eric. *Laws of media: The new science*. Toronto, University of Toronto Press, 1988.

NEWMAN, Nic. *Journalism, Media, and Technology Trends and Predictions 2019*. The Reuters Institute for The Study of Journalism, 2019. Disponível em :  
<http://www.digitalnewsreport.org/publications/2019/journalism-media-technology-trends-predictions-2019/>. Acessado em novembro de 2019.

RODRIGUES, Carla. *Jornalismo e sociedade pós-industrial*. Revista Alceu, Rio de Janeiro, n. 26, jan.-jun. 2013.

---

SENNETT, Richard. *A corrosão do caráter* – consequências pessoais do trabalho no novo capitalismo. Rio de Janeiro: Record, 2009.

SFEZ, Lucien. *Crítica da Comunicação*. Instituto Piaget, 1994.

STRATE, Lance; BRAGA, Adriana; LEVINSON, Paul. *Introdução à ecologia das mídias*. Rio de Janeiro: Ed. PUC-Rio; [São Paulo]: Edições Loyola, 2019.