



Algoritmos de Subordinação e a Exaustão Humana na Sociedade do Cansaço

Algorithms of Subordination And Human Exhaustion in the Fatigue Society

Aline Cipriano da Cruz

Possui graduação em Direito pela Universidade Faculdades Metropolitanas Unidas - FMU (2012). Especialista em Responsabilidade Civil pela Fundação das Arcadas - USP (2024). Certificação em Direito Civil e Processo Civil pela EPD. Mestranda em Função Social do Direito pela FADISP.

Irina de Oliveira Santos Emboava

Resumo: Este estudo discute o homem como algoritmo na sociedade do cansaço, explorando os impactos que isso vem trazendo para sociedade atual. Inicialmente, são apresentados as auto cobranças que a própria pessoa se faz em relação a comparação o sempre querer mais e busca de dinheiro e sucesso. A subordinação a comparação que faz com a máquina e querer ser tão quão eficaz. A sociedade do cansaço, e suas nuances do momento presente em que se vive, e suas consequências na saúde física e mental e o que pode ser feito para melhorar a vida como um todo. O artigo conclui que, para enfrentar os desafios do século XXI, a pessoa precisa querer se ajudar e as empresas podem e devem adotar práticas saudáveis, promovendo um equilíbrio entre sucesso financeiro e responsabilidade social.

Palavras-chave: doenças psíquicas; sociedade do cansaço; o homem como algoritmo; bem-estar dos trabalhadores; vida saudável.

Abstract: This study discusses man as an algorithm in the society of tiredness, exploring the impacts that this has brought to today's society. Initially, the self-demands that the person makes in relation to comparison, always wanting more and the search for money and success are presented. Subordination to the comparison it makes with the machine and wanting to be as effective. The society of tiredness, and its nuances of the present moment in which we live, and its consequences on physical and mental health and what can be done to improve life as a whole. The article concludes that, to face the challenges of the 21st century, people need to want to help themselves and companies can and should adopt healthy practices, promoting a balance between financial success and social responsibility.

Keywords: psychological illnesses; tiredness society; man as algorithm; workers' well-being; healthy life.

INTRODUÇÃO

Neste trabalho, buscaremos explorar o papel do homem como algoritmo nas empresas e na sociedade, mas também examinar criticamente as nuances das consequências que isso vem trazendo como um todo e principalmente a geração das redes sociais, bem como refletir sobre essas doenças as causas e os efeitos.

Hoje, mergulharemos em uma jornada para compreendermos melhor como as pessoas estão vivendo na era da subordinação por algoritmos e as consequências profundas que vem deixando. Nosso objetivo é explorar os aspectos conscientes

e predatórios para uma vida melhor e sem tantos traumas, além de discutir a ideia emergente do “Homem como Algoritmo” e suas implicações para o futuro do trabalho e da sociedade.

Iniciaremos explorando o que é o tal chamado “homem como algoritmo” e o papel central da subordinação por algoritmo. Em seguida, as consequências desses algoritmos na vida das pessoas, onde empresas e trabalhadores priorizam apenas o lucro e a vida bem sucedida, mas também esquecem do auto cuidado e principalmente da sua mente e o bem-estar dos seres humanos e do planeta.

Além disso, discutiremos a emergente dinâmica do que vem acontecendo com as pessoas deste mundo das máquinas que são imediatistas, repercute a imensa modificação trazida pela tecnologia e a automação, marcando sua influência na sociedade e no trabalho humano. Esse progresso vai além da simples incorporação de sistemas automatizados em nossas vidas, chegando a um ponto em que algoritmos e inteligência artificial passam a desempenhar um papel central na execução de tarefas e na tomada de decisões, antes exclusivamente humanas, levantando questões complexas sobre o futuro do trabalho, emprego e requalificação da força de trabalho.

No entanto, essa conversão não ocorre em um vácuo. Ela traz consigo uma série de problemas complexos e provocador que afetam não apenas o mercado de trabalho, mas também a saúde e o bem-estar dos trabalhadores. À medida que mais tarefas são automatizadas e a demanda por habilidades específicas muda, os trabalhadores enfrentam incertezas sobre o futuro de suas carreiras e a segurança de seus empregos.

Essa problemática pode levar a altos níveis de estresse e ansiedade entre os trabalhadores, ajudando para o crescimento dos problemas de saúde mental. Além de tudo, a pressão para se adaptar a novas tecnologias e competências pode sobrecarregar os trabalhadores, levando ao esgotamento profissional e à síndrome de Burnout. O ritmo desacerbado da vida tecnológica também pode vir um ambiente de trabalho instável e imprevisível, o que vem afetar negativamente o bem-estar psicológico dos trabalhadores.

Contudo, ao discutirmos a urgência da dinâmica do “Homem como Algoritmo”, é imprescindível considerarmos não apenas os aspectos econômicos e sociais dessa transformação, mas também seus impactos na saúde e no bem-estar dos trabalhadores.

É necessário buscar soluções que promovam um ambiente de trabalho saudável e sustentável, onde a tecnologia seja usada para melhorar a qualidade de vida dos trabalhadores, em vez de prejudicá-la.

A vista disso, requer um comprometimento coletivo com a proteção dos direitos trabalhistas, a promoção da saúde mental e campanhas para melhorar a vida física no local de trabalho e o investimento em programas de requalificação e desenvolvimento de habilidades para garantir que todos os trabalhadores possam se adaptar e prosperar em um mundo em constante mudança.

Por fim, que possamos aprender a ter uma compreensão mais ampla e relevante do papel das empresas na sociedade, bem como com intuições valiosas sobre como podemos trabalhar juntos para construir um futuro melhor e mais saudável e equânime para todos.

O HOMEM COMO ALGORITMO

A sociedade agitada como anda, e cada vez mais cobranças por resultados, e com isso, no mundo corporativo, a exigência aumenta mais ainda na tal sociedade digital do atual momento.

Existe primeiro uma competição entre o homem com a máquina e também em quem consegue entregar mais e trabalhar por mais horas, existindo uma cobrança de seus superiores progressos, rendimentos, igual de uma máquina, pois com toda essa nova sociedade é possível trabalhar de qualquer lugar e a qualquer momento.

À luz da Tecnologia da Informação, o algoritmo se trata de um conjunto de ferramentas sequenciais programadas para executar e atingir determinado objetivo, perpassando um mesmo caminho operacional. Nesse sistema, não há espaço para cogitação ou reflexão, cada função algorítmica é clara e inequívoca; ainda que infinitas as combinações numéricas, para todas o resultado é previsível e exato depois de um número “x” de etapas. Aqui, toda instrução é básica, a realização computadorizada e o resultado, eficaz (Horowitz; Sahni; Rajasekaran, 2007).

Ligada à quintessência do Sistema Capitalista, está a exacerbação da produtividade no trabalho, aumentando sua tensão nos mais diferentes matizes com a finalidade de superar-se metas de lucro. Assim, o ritmo acentuado de trabalho que extrapola o expediente, subjuga o trabalhador, em seu momento, livre ao frisson mental regido pela lógica da hipérbole produtiva (Alves, 2011).

E a conclusão de tudo isso não poderia ser outra a não ser o materialismo a massificação da maneira que as pessoas estão agindo se cobrando por agilidade e resultados como se fossem uma máquina, é o resultado da sociedade moderna.

A maneira como os homens produzem seus meios de existência depende, antes de mais nada, da natureza dos meios de existência já encontrados e que eles precisam reproduzir. Não se deve considerar esse modo de produção sob esse único ponto de vista, ou seja, enquanto reprodução da existência física dos indivíduos. Ao contrário, ele representa, já, um modo determinado da atividade desses indivíduos, uma maneira determinada de manifestar sua vida, um modo de vida determinado. A maneira como os indivíduos manifestam sua vida reflete exatamente o que eles são. O que eles são coincide, pois, com sua produção, isto é, tanto com o que eles produzem quanto com a maneira como produzem. O que os indivíduos são depende, portanto, das condições materiais da sua produção (Marx e Engles, 2007).

Agindo assim, mostra-se uma normalização da fúria do trabalho, atingindo todas as partes da vida do indivíduo, tumultuando sua vida, deixando de lado a vida pessoal e afrontando o natural da vida de um trabalhador.

Nesse sentido, para se falar na aplicação do Direito à massificação do ser humano, necessário se faz um conceito sobre o “humano” que ultrapasse sua concepção de indivíduos enquanto números (Hobsbawm, 2000), porquanto neste artigo busca-se abordar o Direito que emana da mazela configurada no tratamento computadorizado dado ao indivíduo em seu meio de trabalho.

Desde sempre há o questionamento referente ao conceito do ser humano individual e coletivo de quem ele é.

A toda sapiência, o homem distingue-se do animal e da máquina, a vista disso por uma soma de faculdades emocionais, mentais e espirituais, que lhe uma vida marcada de escolhas, consequências, consciência e livre arbítrio.

Sob esse enfoque, o autor renascentista Mirandolla já estudava o conceito de que o ser humano é um ser dual, ora se comporta como um animal e ora se comporta como um ser todo poderoso, no entanto, o livre arbítrio para escolher.

Eu não te dei nem um lugar determinado, nem um aspecto próprio, nem qualquer prerrogativa só tua, para que obtenhas e conserve os aspectos e as prerrogativas que desejares, segundo a tua vontade e os teus motivos. A natureza dos astros está contida dentro das leis por mim escritas. Mas tu determinarás a tua sem estar constricto a nenhuma barreira, segundo o teu arbítrio, a cujo o poder eu te entreguei, coloquei-te no meio do mundo. Não te fiz celeste nem terreno, mortal nem imortal, para que, como livre e soberano artífice, tu mesmo te esculpiste, te plasmasse na forma que tiveres, escolhido. Tu poderás degenerar nas coisas inferiores, que são brutas, e poderás, segundo o teu querer, regenerar-te nas coisas superiores, que são divinas”. (Mirandolla, 1487).

A dubiedade do ser humano é acrônico e, não obstante aos diversos pensamentos sobre a definição de ser humano e a atual ideia de que o homem é um ser trabalhador computacional, contínuo e inquestionável é a faculdade do homem realizar escolhas e travar batalhas à luz de um senso de justiça mais ou menos intrínseco à própria natureza humana.

“O homem como algoritmo” já na sociedade contemporânea diz respeito a uma reflexão extensa das implicações jurídicas, éticas e sociais dessa compreensão. Em um mundo cada vez mais dirigido pela tecnologia e pela automação, o termo sugere que os comportamentos humanos podem ser reduzidos a padrões previsíveis e manipuláveis, semelhantes aos algoritmos usados em sistemas de inteligência artificial.

Como exemplo, em uma entrevista de emprego, contratar uma pessoa com a mesma dificuldade de outras já na empresa, vai saber como essa pessoa irá se portar já no futuro.

E com toda essa evolução que vem surgindo, a cobrança só aumenta afetando assim a saúde do trabalhador na sociedade contemporânea, a obra “Sociedade do Cansaço”, escrita pelo filósofo sul-coreano Byung-Chul Han, oferece *insights* importantes. Han argumenta que vivemos em uma era caracterizada pela sobrecarga de informação, pela pressão constante por produtividade e pela cultura do “sim”, onde somos incentivados a sermos sempre ativos, disponíveis e eficientes. Essa dinâmica tem consequências significativas para a saúde física e mental dos trabalhadores.

Um dado importante é o aumento do estresse e da ansiedade. A pressão constante por desempenho e a sensação de nunca estar bem e produtivo podem levar a níveis elevados de estresse crônico e com isso, gerando diversos problemas de saúde, incluindo doenças cardiovasculares, manchas no corpo, distúrbios do sono e problemas psicológicos como a depressão e a ansiedade.

E mais, a cultura do cansaço pode contribuir para o esgotamento profissional, também chamado como síndrome de Burnout. Os trabalhadores se sentem esgotados emocional, mental e fisicamente devido à sobrecarga de demandas, falta de reconhecimento e desequilíbrio entre vida pessoal e profissional. O Burnout não apenas afeta a qualidade de vida dos trabalhadores, mas também pode levar a consequências graves, como redução da produtividade, absenteísmo no trabalho e problemas de relacionamento.

Outro problema trazido é o aumento dos problemas de saúde relacionados a forma de vida, como a falta de exercício físico, má alimentação e distúrbios do sono. Em uma sociedade que valoriza a produtividade acima de tudo, os trabalhadores muitas vezes sacrificam sua saúde pessoal em prol do sucesso profissional, o que pode gerar a uma leva de problemas de saúde ao longo da vida.

Sendo assim, é importante ter a noção dessas implicações para a saúde do trabalhador ao analisar questões relacionadas às condições de trabalho, direitos trabalhistas e políticas de saúde ocupacional. É primordial que haja a campanhas de ambientes de trabalho saudáveis e equilibrados, com que os trabalhadores possam encontrar um lugar adequado entre produtividade e bem-estar pessoal, envolvendo a implementação de políticas de horário flexível, programas de apoio ao bem-estar e regulamentações que protejam os trabalhadores do excesso de trabalho e do esgotamento profissional.

SUBORDINAÇÃO POR ALGORITMO

A subordinação, o que seria, ordem estabelecida entre as pessoas e segundo a qual umas dependem das outras, das quais recebem ordens ou incumbências; dependência de uma(s) pessoa(s) em relação a outra(s).

Já na relação de trabalho, está descrita em seu artigo 4º da CLT:

Considera-se como de serviço efetivo o período em que o empregado esteja à disposição do empregador, aguardando ou executando ordens, salvo disposição especial expressamente consignada.

E já trazendo para o momento atual, essa subordinação seria de aplicativos, o homem, tendo que “prestar contas” de seus serviços e as instruções a serem seguidas para um aplicativo, com o qual te controla a todo momento.

Com todo já exposto, em razão do avanço da quarta revolução industrial, as novas formas de trabalho vêm surgindo, e, por conseguinte, a subordinação clássica dos contratos de trabalho também tem passado por uma transformação drástica.

E com isso, os trabalhadores com anseio de cada vez ganhar mais, bater metas propostas por eles mesmo, vem se auto subordinando para trabalhar cada vez mais com menos tempo de qualidade e vida pessoal.

Ainda não há estudos comprovados e os Tribunais ainda não pacificaram os entendimentos das empresas que trabalham com tecnologia e seus clientes ou trabalhadores são ou não subordinados como a CLT diz.

Tendo dito isso, por outro lado as empresas pregam de que seus trabalhadores tem liberdade plausível para conceber, de forma nítida, quais seriam os trabalhadores que efetivamente possuem essa liberdade e autonomia para executar o seu trabalho, em relação àqueles sujeitos ao gerenciamento do empregador.

Os atuais tempos exigem novas atitudes, contudo, essas modificações não devem acarretar um retrocesso social, principalmente sob o fundamento da autonomia da vontade e crescimento da economia e os trabalhadores pensar mais em si próprio para não acarretar outros tipos de problemas.

É forçoso não deixar que essas inovações tecnológicas sejam uma forma de enevoar o contexto vivido, trazendo, assim, uma falsa sensação de quebra de paradigmas, ou, ainda, tentar transparecer o surgimento de um novo modelo jurídico, quando, na realidade, trata-se de novas roupagens jurídicas para antigos conceitos consagrados.

SOCIEDADE DO CANSAÇO

“A sociedade do cansaço” surgiu pelo do filósofo sul-coreano Byung-Chul Han referente a uma enfermidade que está acometendo a sociedade. Segundo os conceitos de Han, o cansaço é uma resposta do corpo para o excesso de positividade e cobrança que a sociedade impõe. Han reflete, em sua obra, sobre a violência da positividade, que é mais uma das articulações da sociedade do cansaço para produzir pessoas mecanizadas e centradas no que é essencial para um sistema capitalista: a busca pelo lucro. A cobrança pelo desempenho atinge as inseguranças dos indivíduos ao tentar trazer propósitos exagerados para o sucesso no trabalho.

É o tal chamado “romantização da sobrecarga”, “romantização do extremo trabalho”, e acaba esquecendo da vida pessoal, como se fosse pecado ter um momento de lazer, curtir a família, dormir até tarde.

A geração da chamada sociedade do cansaço: crise e esgotamento, onde as pessoas buscam pelo sucesso extremo, ser bem sucedida a qualquer custo,

e impor limites é para fracassado, e se compara o tempo todo com vários outros níveis de pessoas e com poderes diferentes.

E tudo isso tem um custo alto em todos os sentidos da vida.

E com a Pandemia da covid-19, exacerbou toda essa “nova sociedade”, os trabalhos começaram a ser feitos de casa e todos com receios de ficar sem trabalhos tiverem que aceitar esses novo modelo de trabalho com o qual não tem fim e pode ser feito assim que acorda e até a hora de dormir novamente, não tendo uma pausa para mente para diferenciar momento trabalho ou momento lar/família.

CONSEQUÊNCIAS

As consequências da algoritmização da vida humana, não tem como ser diferente senão uma espécie de esgotamento da mente humana, com o qual é levado para os limites da força humana.

Em cada geração tem se os seus problemas com os quais são os chamados “mal do século”, à época das guerras civilizatórias, foram pragas, bactérias, dentre outras.

Nesse diapasão, está sendo enfrentado o mundo contíguos configurando-se nas doenças neuronais como: depressão, transtorno de déficit de atenção com síndrome de hiperatividade (TDHA), transtorno de personalidade limítrofe (TPL) ou a síndrome de Burnout (SB).

Não são infecções, mas enfartos, provocados não pela negatividade de algo imunologicamente diverso, mas pelo excesso de positividade. Assim, eles escapam a qualquer técnica imunológica, que tem a função de afastar a negatividade daquilo que é estranho. O século passado foi uma época imunológica. Trata-se de uma época na qual se estabeleceu uma divisão nítida entre dentro e fora, amigo e inimigo ou entre próprio e estranho (HAN, 2015).

Com todo esse ritmo que a sociedade vem enfrentando perpetrado pelo ritmo alucinado de trabalho e cobrança por produtividade que se estende à vida pessoal do indivíduo, conferindo-lhe uma prossegue a necessidade de continuamente produzir e apresentar resultados, dá-se azo a uma gama de enfermidades do corpo, com origem na psique, politizando demandas que antes não eram sequer cogitadas ou justificáveis no pleito por direitos trabalhistas.

A capacidade de querer dar conta de tudo é algo que não é sempre possível e isso torna-se muito frustrante. E a pessoa que tem a consciência de que é possível fazer de tudo e se acaba auto exigindo desempenho e perfeição em uma gama de atividades acaba implantando uma cobrança e se priva de lazer, família, descanso e atividades para o seu próprio bem.

A autocobrança pode gerar consequências psicológicas graves e está altamente atrelada com essa nova era de que “tempo é dinheiro”, observa-se que essa é a forma clara de que essa exigência por produção e desempenho como condição para existência em uma sociedade que gira em torno do trabalho.

Doenças da Sociedade do Cansaço

Quando o ambiente de produção se funde com o ambiente de lazer, não há pausas, limites para suas atividades, isso gera graves doenças e consequências para toda a vida.

Derivado dos termos gregos *psiqué* (psique) e *soma* (corpo), as doenças psicossomáticas concluem o conceito daquelas enfermidades que tem como fato iniciante algum descompasso mental ou emocional, alcançando em sintomas físicos e/ou que se emitem na vida prática do paciente.

Na contemporaneidade, a exorbitância de trabalho gera no homem médio e produtivo uma junção de pressões e resíduos emocionais que se instalam no campo mental, pulsando a todo instante sua gama de sentimentos e pensamentos, delineando um comportamento temerário e longe do gracioso.

O excesso de stress, cansaço físico e mental, acúmulo de preocupações e cobrança excessiva por metas e expectativa de cumprimento de objetivos em curto prazo, por vezes desprovido das ferramentas e ambiente favorável, transforma o ser humano em um forte candidato ao descontrole.

Quando o conflito intrapsíquico torna-se persistente e intenso, a emoção decorrente gera um estado de tensão, que buscará um escoamento por acesso emocional e somático, tenderá a se expressar com o intuito de aliviar a tensão e favorecer a manutenção da homeostase psíquica; o conteúdo do conflito nem sempre se mostra de maneira muito clara e pode não estar presente de forma manifesta, explícita, na consciência (Campos; Rodrigues, 2005).

A despeito:

A pesquisadora Anadergh Barbosa Branco, coordenadora do Laboratório de Saúde do Trabalhador da Faculdade de Ciências da Saúde da UnB, afirma que a depressão é o problema que mais afeta os trabalhadores. Ela afirma que a mudança tecnológica, feita de uma forma muito rápida no Brasil, causou um impacto considerável, acrescentando que “além disso, temos um problema, principalmente nos últimos dez anos, que é o aumento da violência social, que vem interferindo de uma forma muito acentuada no trabalho (Teixeira, 2007).

Tendo dito, as doenças psicossomáticas são mazelas orgânicas que estão em um processo de somatização, isto é, de conversão de um incômodo mais ou menos agudo existente no campo neuronal para uma consequência funcional. Estas doenças podem ser: a má digestão, complicações na respiração, a função ligada à pele e insônia, etc. (Ferraz, 2010)

As doenças que vem mais acometendo as pessoas é a depressão é um distúrbio emocional que produz distorções na maneira de ver o mundo e experimentar a vida. Os sintomas giram em torno das alterações de humor, resultando em apatia, falta de esperança e de diminuição da vitalidade.

Outros problemas trazidos pela depressão são a insegurança, o isolamento social e familiar e a perda de interesse e prazer por coisas que antes a impulsionava. Em cenários mais graves, a depressão traz consigo a perda de memória, apetite e concentração; registra-se também, nesse rol, a insônia.

No rol das doenças psicossomáticas oriundas da algoritmização do homem, também vale citar a Síndrome de Burnout, uma palavra da língua inglesa que traduzida “esgotamento” por vezes referenciada como Síndrome do Esgotamento Profissional.

O burnout pode ser definido como uma reação à tensão emocional crônica gerada a partir do contato direto e excessivo com outros seres humanos, particularmente, quando estes estão preocupados ou com problemas, em situações de trabalho que exigem tensão emocional e atenção constante e grandes responsabilidades (Maslach; Jackson, 1981).

Finalizando, cita-se a ansiedade como consequência de ambientes de trabalho intoxicados pela distorção da função humana em grandes funções. Em alguns a ansiedade advém do exagero de atividades, em decorrência de uma jornada de trabalho muito extensa.

Observa-se que o fator desencadeante do extenso rol de doenças psicossomáticas está relacionado com uma preocupação excessiva do trabalhador, estresse e insegurança em função de, simplesmente, não funcionar como um algoritmo computadorizado.

O que pode ser feito, e as empresas podem fazer para diminuir esses problemas com seus funcionários, fazer campanhas de esportes, a prática de atividade física já é comprovada o quão bem faz ao homem, ter orientações, indicação para tratamentos psicológicos, tempos de descanso hábil, não querer comparar e cobrar seus trabalhadores como máquina.

E o principal, a pessoa querer se ajudar.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Em brevíssimo, este artigo sugestionou uma consideração multifária sobre o que o homem vem passando com o avanço da tecnologia e o mesmo querer fazer tudo ao mesmo tempo na sociedade contemporânea, destacando os dilemas da subordinação e a sociedade do cansaço e os desafios decorrentes da nova era do trabalho.

Foi abordado como a subordinação por algoritmos faz com que o “homem” se auto cobre, se auto intitule, auto cobranças um desafio interno tremendo, destacando a era da sociedade do cansaço, o quão problemático é e como as pessoas estão “romantizando” essa vida sem limites, pausas.

Exploramos exemplos de empresas que se destacam por suas iniciativas de responsabilidade social corporativa, promovendo a sustentabilidade, o bem-estar dos trabalhadores e o engajamento com a comunidade.

Foi analisado as doenças psíquicas que a sociedade do cansaço vem trazendo para a sociedade e todas as suas consequências.

Conclui-se que o nexo causal entre doenças psicossomáticas e o tal do Homem como Algoritmo é indiscutível. Os ambientes de trabalho não ventilados pela humanização, devendo desde logo ter campanhas em todos os sentidos para a melhor vida do homem como trabalhador e sua vida social.

A conscientização sobre esta temática visa a prevenção e adoção de medidas que preservem não apenas a saúde do trabalhador, mas as relações de trabalho e social em si, posto que, por vezes, tornam-se demasiado líquidos os contratos de trabalho e até trabalhador individual nessas novas modalidades de emprego.

Finalizando, a preocupação contemporânea em se tratar o ser humano como ser humano supera a redundância, posto que vem sendo tratado como algoritmo de uma matriz social pautada em produtividade a qualquer preço.

REFERÊNCIAS

ALVES, Giovanni. **Trabalho e subjetividade: o espírito do toyotismo na era do capitalismo manipulatório**. São Paulo: Boitempo, 2011.

CAMPOS, E. M. P; RODRIGUES, A. L. **Mecanismo de formação dos sintomas em psicossomática**. Mudanças – Psicologia da Saúde, v.13, n.2, p. 271-471. 2005.

FERRAZ, F. C. **A somatização no campo da psicopatologia não-neurótica**. SBPH. Rio de Janeiro, v.13, n. 2. 2010.

FERREIRA, Aurélio Buarque de Holanda. **Minidicionário da Língua Portuguesa**. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 2001.

GOLDENCROSS, Redação. **Afinal, como lidar com a ansiedade no trabalho? Descubra!** <https://blog.goldencross.com.br>. Acesso em: 27 jun. 2024.

HAN, Byung-Chul. **Sociedade do Cansaço**. Petrópolis, RJ: Vozes, 2015.

HOBSBAWM, Eric. **Mundos do Trabalho**. Tradução de Waldea Barcellos e Sandra Bedran. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 2000.

HOROWITZ, E.; SAHNI, S.; RAJASEKARAN, S. **Computer algorithms**. Summit, NJ: Silicon Press 2007.

LEMONS, Maria Cristina Almeida Pinheiro. **O homem como algoritmo, consequências e jurisdição aplicada**. <https://conteudojuridico.com.br/consulta/Artigos/60672/o-homem-como-algoritmo-consequencias-e-jurisdio-aplicada> acesso em 27 jun.2024

MARX, Karl; ENGELS, Friedrich. **A Ideologia Alemã**. Tradução de Luis Claudio de Castro e Costa. São Paulo: Martins Fontes, 2007.

MALACH, C. & JACKSON, S. E. **Maslach Burnout Inventory** 2 ed., Palo Alto: Consulting Psychologists.

MIRANDOLA, Giovanni Pico della **Discurso sobre a dignidade do homem**. 1ª Edição. Editora: Edições 70. Lisboa, 2006.

NIETZSCHE, F. **Menschliches, Allzumenschliches I Kritische Gesamtausgabe**, 4ª seção, vol. 2. Berlim, 1967, p. 236.

OLIVEIRA, S.G. **Proteção jurídica à saúde do trabalhador**. 3. ed. São Paulo: LTr, 2001.

PELLEGRINI, Isadora. **Sociedade do Cansaço: como enfrentar os sintomas de uma enfermidade psicossocial?**. Revista Arco. <https://www.ufsm.br/midias/arco/sociedade-do-cansaco#:~:text=Let%C3%ADcia%3A%20A%20sociedade%20do%20cansa%C3%A7o,comunica%C3%A7%C3%A3o%2C%20a%20depress%C3%A3o%20e%20o> Acesso em: 27 jun. 2024

TEIXEIRA, Sueli. **A depressão no meio ambiente do trabalho e sua caracterização como doença do trabalho**. Rev. Trib. Reg. Trab. 3ª Reg., Belo Horizonte, v.46, n.76, p.27-44, jul./dez.2007.