

CENTRO REICHIANO DE PSICOTERAPIA CORPORAL

HENRIQUE ALEXANDRE PEREIRA WEBER




SAÚDE MENTAL DO TRABALHADOR: ANÁLISE E
PROPOSTA DE INTERVENÇÃO PELA BIOENERGÉTICA

CURITIBA
2010

HENRIQUE ALEXANDRE PEREIRA WEBER

SAÚDE MENTAL DO TRABALHADOR: ANÁLISE E
PROPOSTA DE INTERVENÇÃO PELA BIOENERGÉTICA



Monografia apresentada como requisito parcial de conclusão do quarto módulo do curso de Especialização em Psicologia Corporal, ministrado pelo Centro Reichiano.

Orientador: Prof.^a Sandra Volpi

CURITIBA
2010

Weber, Henrique Alexandre Pereira
Saúde Mental do Trabalhador: análise e proposta
de intervenção pela Bioenergética / Henrique
Alexandre Pereira Weber – Curitiba, 2010.

Orientadora: Sandra Mara Dall'Igna Volpi

Monografia do Curso de Especialização em
Psicologia Corporal, Centro Reichiano de
Psicoterapia Corporal.

1. Bioenergética. 2. Saúde. 3. Trabalhador.



ESPECIALIZAÇÃO EM PSICOLOGIA CORPORAL DECLARAÇÃO DE CONFECÇÃO DA MONOGRAFIA

Eu, **HENRIQUE ALEXANDRE PEREIRA WEBER**, aluno do Curso de Especialização em Psicologia Corporal, ministrado pelo Centro Reichiano de Psicoterapia Corporal Ltda., localizado na cidade de Curitiba/PR, Brasil, assumo total responsabilidade pela confecção desse trabalho monográfico para a conclusão do curso, considerando que:

- Durante o curso, recebi todas as informações sobre a obrigatoriedade da confecção da monografia por mim mesmo, e jamais por outra pessoa, estando sujeito a perder o meu certificado a qualquer momento, independentemente do prazo, caso haja a comprovação de denúncia a esse respeito.
- Estou ciente de que citei todos os autores, com os devidos créditos exigidos pelas normas da ABNT, sem ter copiado qualquer trecho de livros, Internet, revistas, etc., que se possa considerar plágio, arcando com toda e qualquer responsabilidade legal por essa questão, caso haja algum tipo de denúncia. Quando copiado algum trecho, este está devidamente mencionado com o crédito do autor (sobrenome do autor, ano da obra e páginas) e a obra indicada nas referências desse trabalho.
- Autorizo a publicação da monografia no site do Centro Reichiano, quando essa indicação for feita pelo(a) orientador(a).

Estando ciente do exposto acima, assino esse documento, o qual deverá ser incluído como primeira página da Monografia, tornando pública a presente declaração a quem se interessar.

Curitiba, 9 de Março de 2010.

Henrique Alexandre Pereira Weber

Assinatura do Aluno

TERMO DE APROVAÇÃO

Eu, **Prof.^a SANDRA MARA VOLPI**, no uso de minhas atribuições legais no **Curso de Especialização em Psicologia Corporal**, ministrado pelo Centro Reichiano, na cidade de Curitiba/PR, Brasil, considero **APROVADO**, com **CONCEITO A**, o trabalho monográfico de conclusão de curso do aluno **HENRIQUE ALEXANDRE PEREIRA WEBER**.

Curitiba, 12 de Fevereiro de 2010.



A handwritten signature in black ink, appearing to read "Sandra Mara Volpi".

Prof.^a Sandra Mara Volpi
Orientadora



Dedico esta monografia a todos os trabalhadores que estão na labuta do chão de fábrica; aos mestres Wilhelm Reich (pela coragem e força), Friedrich Nietzsche e Fernando Pessoa; à minha companheira Sandra Montardo (pelo amor dedicado e incentivo); aos meus professores Sandra Mara Volpi e José Henrique Volpi (pela dedicação, carinho e ensino); e aos colegas que tanto aprendi e venho aprendendo na vida.

RESUMO

Este trabalho procura mostrar que a Bioenergética é um adequado instrumento de intervenção para a promoção, a prevenção e a recuperação da saúde do trabalhador. Assim, parte-se da Economia Sexual de Reich (1922) para entender a formação da neurose, e da Psicologia Formativa de Keleman (1992) para elucidar a forma que o estresse afeta o organismo do trabalhador e seus mecanismos de defesa diante da agressão. Entendendo a forma como o corpo adocece, o trabalhador pode escolher exercícios bioenergéticos para agir em seu corpo agredido e manter-se frente à ambiguidade existente entre fugir ou permanecer em meio a agressão. Assim, é importante mostrar que existe nexo causal entre o estresse de fábrica (modos de gestão, processo e condições de trabalho) e doença ocupacional, invalidez, acidentes e morte no trabalho. Diante disto, pode-se dizer que a Bioenergética tem um grande potencial para agir nestes problemas. Para dar conta desta proposta, faz-se uma discussão sobre saúde do trabalhador e a rede de proteção do SUS; faz-se uma leitura das condições psicossociais encontradas na fábrica, basicamente sob o modo de produção taylorista; apresenta-se as abordagens das psicologias reichianas como um paradigma diferente do modelo biomédico para entender a formação da doença ocupacional; aponta-se elementos importantes para uma intervenção na fábrica com os instrumentos da Bioenergética; e, faz-se uma discussão crítica abordando todos estes elementos.

Palavras-Chave: Bioenergética. Doença Ocupacional. Estresse. Saúde. Trabalhador.



SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	09
2 SAÚDE DO TRABALHADOR	12
3 A FÁBRICA	17
3.1 HISTÓRICO DAS ORGANIZAÇÕES E OS MODOS DE GESTÃO DO TRABALHO	18
3.2 PROCESSO DE TRABALHO E PATOLOGIA DO TRABALHO	24
3.3 PERFIL DO TRABALHADOR E O CAPITALISMO	29
4 O ENTENDIMENTO DA DOENÇA SEGUNDO A PSICOLOGIA REICHIANA	34
4.1 PULSÃO E CARÁTER	35
4.2 COURAÇAS	40
4.3 ESTRESSE E CORPO	43
5 A BIOENERGÉTICA COMO INTERVENÇÃO À SAÚDE DO TRABALHADOR	51
6 CONSIDERAÇÕES FINAIS	59
REFERÊNCIAS	63



1 INTRODUÇÃO

Este trabalho pretende mostrar que a Bioenergética é um ótimo instrumento para a saúde mental do trabalhador. Para abordar a Bioenergética será preciso conhecer os conceitos e a psicodinâmica do adoecimento sob o ponto de vista da Economia Sexual. Esta é uma “Teoria das leis fundamentais da sexualidade” (REICH, *apud* DADOUN, 1991, p. 181), que surgiu de Wilhelm Reich, ao desenvolver a teoria freudiana da libido (FREUD, 1989). Dela, Reich (1992, p. 19) procurou entender como se dá “A distorção social da sexualidade natural e a sua supressão nas crianças e adolescentes” como “[...] condições humanas universais”, levando Reich ao campo da pesquisa da energia física (BOADELLA, 1985). Atualmente existem milhares de adeptos da obra de Reich que aglutinaram outros conhecimentos de áreas como Psicologia, Psicanálise, Medicina, Fenomenologia, etc., e que são conhecidos como práticas das psicologias corporalistas. E, existem diversas escolas por todo o mundo que têm em sua raiz as contribuições de Reich. Dessas escolas, podemos apontar a de Alexander Lowen, criador da Bioenergética (LOWEN, 1982). Tanto Reich como Lowen ainda são pouco conhecidos entre os psicólogos nas universidades.

Ao apresentar a Bioenergética como instrumento de intervenção para recuperação, prevenção e promoção à saúde, é preciso entender como e quais fatores são responsáveis pelo adoecimento do trabalhador na fábrica (sob o modo de produção taylorista), ou seja, encontrar umnexo causal. Ter isto bem claro facilita para o analista bioenergético elaborar um plano de ação que ajude o trabalhador a ter mais condições de se defender de tais fatores patogênicos. Por exemplo, o profissional da Bioenergética poderá ajudar o trabalhador selecionando exercícios que ajam sobre as tensões no corpo, deixando este mais flexível e com mais saúde ou, fazer uma análise dos sintomas deste corpo enrijecido, fazendo com que o trabalhador perceba e reflita sobre as causas de tal enrijecimento. São inúmeras as possibilidades de uso das técnicas da Bioenergética.

Nesta monografia, faz-se uma análise do ambiente geral em que o trabalhador está inserido. Este ambiente congrega: as transformações históricas de modos de produção capitalista que modificaram a relação do trabalhador com seu trabalho; alguns fatores do processo de trabalho, do

ambiente laboral propriamente dito e das condições sócio-econômicas, estruturais da vida do trabalhador; uma análise da cultura dos trabalhadores de “chão de fábrica”; e, uma análise da lógica capitalista que desvaloriza o serviço “pesado” e que gera muita insegurança aos trabalhadores.

Todos estes fatores são geradores de estresse, principalmente no que se circunscreve o ambiente de trabalho. Neste, o estresse é tão presente que o operário não consegue ter o domínio sobre seu próprio corpo, sendo pressionado a fazer a tarefa em prol dos mandos de chefes que exigem produtividade. Desta maneira, muitas vezes, o operário se coloca em situação de risco de morte ou de grande perigo.

Para o conhecimento da dinâmica de fábrica, utiliza-se as contribuições de Maximiano (2000), da área da Administração, sobre a história dos modos de produção capitalista e, utiliza-se a análise de Seligmann-Silva (1986, 1990), da área da Psicopatologia do Trabalho, para relacionar a proximidade entre fatores geradores de estresse, de tensão, de ansiedade, de medo, de descompensação psíquica, etc., com a doença laboral, acidentes de trabalho e mortes do trabalhador.

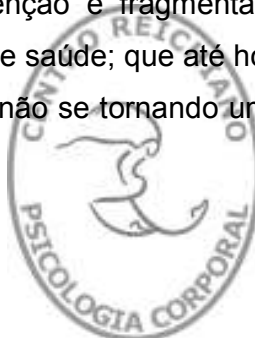
Então, os objetivos deste trabalho são apresentar a Bioenergética como proposta a saúde mental do trabalhador e mostrar que há relação causal entre o estresse produzido no ambiente organizacional e o adoecimento do trabalhador.

Para esta relação causal, mostram-se aqui as contribuições de Stanley Keleman (1992) (Psicologia Formativa) que apresenta a forma como um ser humano reage frente a uma agressão vinda do meio externo, como esta impacta o corpo da pessoa e provoca o seu adoecimento, quando a pessoa não encontra saídas de resolver a situação de agressão. Mas, para ter-se familiaridade com as contribuições de Keleman, é preciso antes que o leitor conheça os conceitos que fundamentam as psicologias corporalistas, como pulsão, caráter e couraça. Através desses conceitos permite-se entender a psicodinâmica do adoecer e sua sintomatologia, a qual o analista bioenergético poderá ter como referência para atuar sobre a enfermidade do trabalhador. Além dos autores citados acima, utiliza-se às análises de Volpi e Volpi (2003), Trotta (1993, 1999), Weigand (2006) e Stolkinner (2000).

Ao conhecer a dinâmica do encouraçamento do corpo, utiliza-se os princípios de intervenção colocados por Lowen (1982), explicando como os

exercícios agem sobre o corpo encorajado. Esses não são exercícios mecânicos, pois mobilizam as emoções que, expressas pelo indivíduo, agem sobre o conflito (já crônico) fazendo com que se recupere a motilidade celular, ou seja, recuperando a funcionalidade do órgão. São exercícios testados, de amplo conhecimento técnico e de comprovada eficácia. Para usá-los, é necessária a supervisão de um analista bioenergético ou de alguém que tenha familiaridade com a técnica bioenergética e que seja da área da Psicologia Corporal.

É válido também, para o estudo da saúde mental do trabalhador, refletir sobre como anda a atenção à saúde do trabalhador em nosso país. Como o Brasil é bastante vasto e com grande heterogeneidade, toma-se como referência as ações em saúde do trabalhador na cidade de Porto Alegre/RS, mas que certamente poderá espelhar a situação da atenção à saúde de outras regiões. Vê-se que a saúde do trabalhador é um tema pouco trabalhado nos postos de saúde; que a atenção é fragmentada e é colocada em lugares distantes da atenção básica de saúde; que até hoje não existe um programa de atenção à saúde do homem, não se tornando uma prioridade para o Ministério da Saúde (MS).



2 SAÚDE DO TRABALHADOR

A Saúde Mental do Trabalhador é um tema pouco abordado no meio acadêmico, na Psicologia e nas instituições de saúde. Na produção científica sobre o Sistema Único de Saúde (SUS) é grande a preocupação com o adoecimento do trabalhador, mas a ênfase não ganha a mesma magnitude quando comparada a outros temas, como gestão do SUS, integralidade na assistência, atendimento interdisciplinar e integral, educação em saúde, etc. Sabe-se que falar do modo de gestão do trabalho tem implicações diretas com a saúde mental do trabalhador em qualquer instituição, mas uma dedicação centrada no trabalhador, como prioridade, encontra-se à margem.

Esta não centralidade do tema também acontece nos estudos em epidemiologia que pouco abordam, com a devida atenção, as doenças, os agravos, as causas e os determinantes da doença ocupacional. O que se encontra é a abordagem tradicional de doenças epidêmicas e endêmicas, unidas àquelas relacionadas ao contato usuários-SUS. As doenças laborais ainda não são devidamente “reconhecidas”. Uma evidência disto é que as causas de agravos no ambiente de trabalho, para o sistema de informações do Ministério da Saúde (MS), encontram-se na categoria “acidentes de trabalho”, aliás, único indicador para análise epidemiológica no sítio da Rede Nacional de Atenção Integral à Saúde do Trabalhador (RENAST/Ministério da Saúde). Mas agravos a saúde é diferente de acidentes de trabalho. O primeiro se refere a um dano e prejuízo à saúde (de responsabilidade da empresa sobre o ambiente e as condições de trabalho). Enquanto que o segundo é visto como acontecimento casual (e de responsabilidade do trabalhador). Parece que ao colocar tudo numa categoria obscurece-se o entendimento do fenômeno doença ocupacional. O Centro de Referência em Saúde do Trabalhador (CEREST) de Porto Alegre, em evento sobre saúde e trabalho, pediu mudanças nas perícias médicas do Instituto Nacional de Seguridade Social (INSS), alertando “[...] para a falta de notificação dos acidentes de trabalho e o não reconhecimento de doenças como sendo ocupacionais no País” (Secretaria Municipal de Saúde/Porto Alegre – SMS/POA, 2008b, p. 07).

Sabe-se que no SUS, a mulher e o idoso são os que mais utilizam a rede de atenção à saúde. Em 2006, o Ministério da Saúde emitiu a Portaria 399 – “Pacto pela Saúde” (BRASIL, 2006), com o objetivo de organizar e consolidar

a política pública para o país e as diretrizes operacionais do SUS, com seis compromissos sanitários:

- Saúde do idoso;
- Diminuição da mortalidade por câncer de mama e do colo do útero;
- Diminuição da mortalidade infantil e materna;
- Fortalecimento das respostas para algumas doenças emergentes e endemias;
- Política Nacional de Promoção à Saúde;
- Consolidar a equipe de saúde da família como modelo de atenção básica;

Para a mulher, existem dois programas exclusivos. Para os idosos, um. Percebe-se que o trabalhador de chão de fábrica, homem, que passa mais de 40 horas semanais no trabalho, terá pouco ou quase nenhum acesso a estes programas. Vê-se que, no máximo, ele participará do último citado, quando a equipe de saúde da família visitar a sua casa (se esta equipe se dispuser a visitar em horário não comercial). Considerando que este trabalhador consiga ir até o posto de saúde, o inchaço do serviço e a falta de um programa a ele dedicado dificulta seu acesso. E, quando consegue ser atendido (ao passar pela demanda reprimida, que é quando o próprio profissional de saúde coloca dificuldades de acesso ao usuário do SUS), há a dificuldade da continuidade do tratamento, pois é provável que os horários de atendimento da unidade de saúde não coincidam com o seu tempo fora do trabalho. Ainda, as atividades de Promoção à Saúde, como oficinas, palestras, grupos sobre hábitos saudáveis de vida (como caminhada, alimentação, sexualidade, gestação, etc.), só encontrarão eco àquele usuário que encontra tempo disponível para participar. Para o trabalhador de fábrica, a promoção à saúde fica restrita aos próprios mini-cursos e palestras, promovidos pela empresa, que pouco alteram o nível de consciência do trabalhador. Para as ações de saúde serem efetivas é preciso integrar a promoção, prevenção e a recuperação da saúde.

Como já colocamos, ações programáticas que respondem às doenças emergentes não mencionam as doenças relacionadas às atividades ocupacionais.

Assim, pergunta-se: se existe uma política pública voltada para a saúde do trabalhador, como ela está sendo usada? Que nível de proteção se encontra o trabalhador brasileiro?

Na Constituição Federal Brasileira de 1988, no artigo 200, consta que compete ao SUS: “Executar ações de vigilância sanitária e epidemiológica, bem como as de saúde do trabalhador; [...] colaborar na proteção do meio ambiente, nele compreendido o do trabalho” (BRASIL, 1988, p. 120).

Estas ações são transferidas para os municípios e destes aos CEREST de todo o país, que tem como função, ser um local de atendimento especializado em Saúde do Trabalhador. É importante avaliar o quanto o CEREST está articulado com o SUS e o quanto tem realmente suprido às necessidades do trabalhador, pois o atendimento à saúde do trabalhador deveria estar dentro das unidades de saúde e não em outro espaço, especializado e distante (fragmentando a atenção à saúde).

A Lei 8.080/90- Lei Orgânica da Saúde (conhecida como “Lei do SUS”) tem como princípio “número um” que

A saúde é um direito de todos e um dever do Estado, garantido por políticas sociais e econômicas que visem à redução do risco de doença e de outros agravos e ao acesso universal e igualitário às ações e serviços para a sua promoção, proteção e recuperação. (BRASIL, 1990, p. 01).

A atuação do MS, para o cumprimento das responsabilidades dispostas em lei, faz-se por políticas públicas. O artigo 6º da Lei 8.080 (BRASIL, 1990), refere-se ao campo de atuação do SUS, e no seu 3º parágrafo, consta:

Entende-se por saúde do trabalhador, para fins desta lei, um conjunto de atividades que se destina, através das ações de vigilância epidemiológica e vigilância sanitária, à promoção e proteção da saúde dos trabalhadores, assim como visa à recuperação e reabilitação da saúde dos trabalhadores submetidos aos riscos e agravos advindos das condições de trabalho. (BRASIL, 1990, p.03).

Se pensarmos, como está estruturada a saúde do trabalhador baseando-se neste artigo, constata-se que na vigilância epidemiológica há “dificuldades” de reconhecimento, detecção de fatores determinantes e condicionantes de saúde por parte das instituições responsáveis. Se não se identifica a doença ocupacional, negligencia-se aquele que está provocando e causando à doença laboral e, limita-se também a ação da vigilância sanitária.

Esta é entendida como

Conjunto de ações capaz de eliminar, diminuir ou prevenir riscos à saúde e de intervir nos problemas sanitários decorrentes do meio ambiente, da produção e circulação de bens e da prestação de serviços de interesse da saúde. (BRASIL, 1990, p.03).

A Vigilância Sanitária tem pouco poder de fiscalização e barganha na fábrica. Assim, a proteção da saúde existe, mas muito restrita aos conhecimentos da engenharia do trabalho e ergonomia. E a reabilitação, é o que mais se faz, quando a patologia está crônica e o acidente já aconteceu.

Aprofundando o que diz a lei 8.080 (BRASIL, 1990), consta no 3º parágrafo que a saúde do trabalhador abrange:

- 1) assistência à saúde;
- 2) pesquisa, avaliação e controle dos riscos e agravos no processo de trabalho;
- 3) normatização, fiscalização e controle das condições de produção, extração, armazenamento, transporte, distribuição e manuseio de substâncias, de produtos, de máquinas e de equipamentos que apresentam riscos à saúde do trabalhador;
- 4) avaliação do impacto que as tecnologias provocam à saúde;
- 5) informação sobre riscos de acidentes, doença profissional e do trabalho, bem como os resultados de fiscalizações, avaliações ambientais e exames de saúde;
- 6) participação e controle dos serviços de saúde do trabalhador;
- 7) revisão periódica da listagem oficial de doenças originadas do processo de trabalho com a colaboração da entidades sindicais;
- 8) garantia ao sindicato dos trabalhadores de requerer ao órgão competente a interdição de máquina, de setor de serviço ou de todo ambiente de trabalho, quando houver exposição a risco iminente para a vida ou saúde do trabalhador.

Numa análise breve destes pontos, podemos constatar que o ponto 1 é amplamente realizado, mas com extrema dificuldade de acesso. O ponto 2 referente à epidemiologia já foi comentado aqui; o ponto 3 e 4, refere-se a fiscalização e controle sobre as condições de trabalho na fábrica e o impacto sobre a saúde do trabalhador. Vê-se que o controle sobre a saúde do trabalhador foi atribuída à medicina do trabalho, que em seu bojo serviu aos interesses do capitalista. E as novas tecnologias no trabalho, segundo Carmem Grisci (CEREST, 2008a) gerou sobrecarga, aumentando o nível de estresse e

problemas à saúde; o ponto 5, parece ser bem utilizado, mas com uma fiscalização de poucos resultados, pois muitos equipamentos ainda se encontram desconfortáveis e inapropriados, ou seja, há falhas na proteção; ponto 6 e 8, refere-se ao controle do trabalhador e dos sindicatos sobre os serviços de saúde e às condições de trabalho da empresa, o que parece pouco provável, quando tem-se a constatação de que o trabalhador sai com contaminação laboral, ou seja, leva o estresse para casa (como um ruído na cabeça que o impede de dormir) e pouco tem condições físicas e tempo para fazer o controle social. Ressalta-se que seus órgãos representantes encontram-se desmantelados e sem poder, e que as instituições do poder público brasileiro atuaram, com decisão significativa, sobre as proteções à saúde do trabalhador, enfraquecendo-os e deixando-os sobre a regulação neoliberal do capital privado; o ponto 7, há que se analisar melhor, mas já há a denúncia do CEREST/POA da “pouca vontade” do INSS.

Ou o país é negligente em relação à saúde do trabalhador ou, ele governa com tal intenção, mantendo o *status quo*, pois mexer com esta proteção é mexer com a economia do capital. Um dado histórico parece apontar para uma reflexão sobre esta questão: o movimento sindical de 1977-1979 dos metalúrgicos do ABC paulista, sob a coordenação do metalúrgico, hoje Presidente da República, Luís Inácio Lula da Silva. Este movimento, tão imponente e perigoso (ao capitalista), foi visto como uma possível insurreição socialista e uma ameaça ao poder oligárquico (aliado ao capitalista privado) que, para dar fim a ele, Lula precisou fundar um partido e chegar ao poder, ao invés de partir para um verdadeiro movimento revolucionário (e talvez, duvidoso). Esta foi uma grande amostra de força do movimento dos trabalhadores. Será que este temor não fez reagir os que governam este país contra o poder dos sindicatos? Não compete aqui responder.

Mas, compete trazer esta reflexão sobre o que deveria garantir a lei e a falta de proteção e o não cumprimento da mesma, em suas partes mais significativas, por parte das instituições públicas brasileiras. Isto deixa o trabalhador de fábrica (e outros que sofrem de doenças ocupacionais) em situações precárias de trabalho cujas conseqüências são, além de uma deficiência em seu bem-estar físico, mental e social, a doença, a incapacidade, a invalidez e o risco de morte no trabalho.

3 A FÁBRICA

Fazer uma intervenção sobre a saúde do trabalhador de fábrica requer que o profissional conheça a estrutura produtiva na qual o trabalhador está inserido, como o modo de gestão, o processo e o ambiente de trabalho. Além disto, é importante estar atento às influências do campo econômico, pois a relação de mercado afeta diretamente a empresa, e repercute na administração de recursos humanos.

Ainda, o profissional tem que saber a que finalidade o seu serviço está sendo prestado, conhecer o “jogo institucional”, ou seja, estar atento para as intervenções oportunistas de chefes quanto à expectativa que pode gerar o trabalho do analista bioenergético. Por exemplo, aproveitar-se da melhor saúde do trabalhador para aumentar o ritmo de trabalho (já inconciliável com a saúde). Para isto, convém recorrer à história das organizações industriais para entender como se deu a relação dela com o trabalhador ao longo do seu processo constitutivo. A Psicologia e a Administração andaram juntas em muitos momentos tentando resolver problemas de produtividade e de saúde do trabalhador. Esta relação é conflituosa, pois o trabalhador passou a servir de peça de engrenagem, surgindo contradições entre produtividade e saúde, capitalista e trabalhador.

E também, é preciso conhecer a cultura em que o operário está inserido, do ponto de vista material (rede social, estrutura econômica) e de valores e crenças, pois o profissional terá que se comunicar bem e criar um bom vínculo com o trabalhador.

Diante desta complexidade que será exposta a seguir, há que se pensar na efetividade de um trabalho com a Bioenergética que possa estar preparada para as influências econômicas, sociais, ambientais, relacionais e psicossomáticas (esta corresponde à relação emoção-psiquismo-corpo), para fazer um manejo eficaz e trazer modificações substanciais a vida dos operários. Conhecer sobre a dinâmica da transferência e as sutilezas de um trabalho grupal é importante.

3.1 HISTÓRICO DAS ORGANIZAÇÕES E OS MODOS DE GESTÃO DO TRABALHO

Segundo Silva (1986), a passagem do modelo feudal para a industrialização marcou o surgimento da relação indivíduo-sociedade. Com isto, a produção em massa passou a objetivar o consumo em massa, sendo que o trabalho passou a ser feito em parcelas de tarefas, mudando gradativamente para a produção em escala e fazendo ascender uma concepção de indivíduo caracterizada como burguesia mercantil.

Para Silva (1986, p.12), a Revolução Industrial se constituiu “[...] na principal base de implementação do sistema capitalista e do maior surto de desenvolvimento tecnológico e científico”, sendo que foi na América, o berço das ciências do comportamento, que os métodos de racionalização do trabalho encontraram espaço (SILVA, 1986).

Estes foram desenvolvidos pelo estadunidense Frederick Winslow Taylor (1856-1915), considerado pai de um movimento chamado Administração Científica, fundada pela Sociedade Americana dos Engenheiros Mecânicos, em 1880, nos Estados Unidos, que consistia na análise do trabalho e estudo dos tempos e movimentos, procurando anular os movimentos ociosos, com o intuito de aumentar a produção e o lucro da empresa. A maior contribuição de Taylor, para Maximiano (2000), foi desenvolver métodos e organizar as tarefas para responder aos problemas da época, como:

- A administração não tinha noção clara da divisão de suas responsabilidades com o trabalhador.
- Não havia incentivos para melhorar o desempenho do trabalhador.
- Muitos trabalhadores não cumpriam suas responsabilidades.
- Não havia integração entre os departamentos da empresa.
- Os trabalhadores eram colocados em tarefas para as quais não tinham aptidão.
- Os gerentes pareciam ignorar que a excelência no desempenho significaria recompensas tanto para eles próprios quanto para a mão de obra.
- Havia conflitos entre capatazes e operários a respeito da quantidade de produção.

Esta administração de tarefas tinha o seguinte princípio que Taylor

[...] chamou de 'estudo sistemático do tempo', que consistia em dividir cada tarefa em seus elementos básicos e, com a colaboração dos trabalhadores cronometrá-las e registrá-las. Em seguida eram definidos tempo-padrão para os elementos básicos. [...] Permitia que a administração controlasse todos os aspectos da produção e dispusesse do trabalho padronizado que era essencial para a eficiência. (MAXIMIANO, 2000, p. 164).

Segundo Maximiano (2000), a segunda fase do movimento da administração científica foi deslocada da produtividade do trabalhador para o aprimoramento dos métodos de trabalho. Assim distinguiu-se entre “homens de primeira classe” e “homens médios”, cujo manejo motivacional era diferente. Um dos princípios desta fase era “[...] aplicar métodos de pesquisa para determinar a melhor maneira de executar as tarefas” (MAXIMIANO, 2000, p. 166). Assim, os empregados eram cientificamente selecionados e treinados para assumirem postos de trabalho, procurando desenvolver uma ciência para cada elemento do trabalho, e substituir o método empírico. “Bastava selecionar cientificamente e depois treinar, instruir e desenvolver o trabalhador, que no passado, escolhia seu próprio trabalho e treinava-se o melhor que podia” (MAXIMIANO, 2000, p.167). Posto que antes o trabalhador tinha total conhecimento do processo de produção, agora, ele perdeu este conhecimento para a parcelização do processo, e agora é destinado a ser treinado para executar uma ação específica. Por exemplo, se antes ele produzia um produto e se identificava como o benfeitor deste frente à sociedade, agora vende sua força de trabalho como valor de troca, coisificando sua mão de obra. Assim, o operário irá, por exemplo, assumir a tarefa específica de furar chapa (do produto). Desta maneira, seu tempo será controlado, exemplo, fazer cinco mil furos por dia. Pode-se imaginar o que é fazer esta tarefa? Além de um trabalho entediante, propenso a Lesões por Esforço Repetitivo (LER), ele perde a noção e a significação de um trabalho íntegro, que lhe dá valor.

O objetivo dessa mudança é a administração se incumbir de todo o processo de trabalho, estando mais bem preparada que o trabalhador, ou seja assumir o processo, definido tarefas e movimentos dos trabalhadores, separando aquele que pensa o trabalho (a empresa) daquele que executa (o trabalhador).

Para manter uma atmosfera cordial, os trabalhadores tinham que ser recompensados pelo aumento da produtividade, que atendesse o desejo de ganho material e crescimento pessoal, à sua condição de eficiência máxima.

Para Maximiano (2000), o movimento seguinte foi em relação às responsabilidades dentro da empresa, com a criação de um departamento de planejamento, ao qual caberia o trabalho intelectual, de estudar e aprimorar o trabalho operário. Trabalhadores e supervisores ficariam na produção. A máxima era “toda atividade cerebral deve ser removida da fábrica e centralizada no departamento de planejamento” (TAYLOR, *apud* MAXIMIANO, 2000, p. 168).

Assim, segundo Maximiano (2000), os mecanismos da administração científica eram: estudos de tempos e movimentos, padronização de ferramentas e instrumentos; padronização de movimentos, conveniência de uma área de planejamento; cartões de instruções, sistema de pagamento de acordo com o desempenho; cálculo de custos.

Veremos que esta racionalização taylorista do trabalho é bastante atual na fábrica moderna, que agrega outras contribuições como a linha de montagem (Henry Ford), a estrutura organizacional (Alfred Sloan), o treinamento profissionalizante e o controle gráfico diário de produção (Henry Gantt), os estudos de movimentos (Frank Gilbreth), os estudos da psicologia industrial (Hugo Munsterberg).

Os Estudos de Movimentos chamam a atenção para este trabalho, pois o movimento dos corpos dos trabalhadores era analisado de modo que fosse usado para ser muito produtivo, eliminando os movimentos não-produtivos. “Para ter sucesso, (a) o trabalhador precisa conhecer o seu ofício, (b) deve ser rápido e (c) deve fazer o mínimo de movimentos para alcançar o resultado desejado”. (GILBRETH, *apud* MAXIMIANO, 2000, p. 170). Quer dizer, parece somar com a abordagem de Taylor para servir como base da intensificação do trabalho. Para Maximiano (2000, p. 171), “Foram Frank e Lillian Gilbreth [...] que propuseram a redução das horas diárias de trabalho e a implantação ou aumento de dias de descanso remunerado.”

Segundo Maximiano (2000), o Treinamento Profissionalizante serviu como treinamento de trabalhadores em hábitos industriais para lidar com as resistências às mudanças e as normas grupais que interferiam na produtividade.

Parece que estas combinações deram à organização industrial uma sofisticação e controle definitivos sobre o processo produtivo, com a finalidade de conseguir extrair a mais-valia e o máximo de produtividade e lucro. E,

muitos outros modos de organização do trabalho foram sendo desenvolvidos para dar resposta aos problemas situados na relação capital / trabalho.

Neste período entre 1880 e 1900, a psicologia aplicada americana encontra-se num dinâmico crescimento. “Em 1880 não havia laboratórios nos EUA; perto de 1895, havia vinte e seis [...]. Em 1880, não havia revistas americanas de psicologia; em 1895, havia três.” (SHULTZ e SHULTZ, 1999, p. 175). Surgiram testes psicológicos para as organizações. Segundo Maximiano (2000), Munsterberg procurou encontrar os homens mais capacitados para o trabalho, assim como as condições psicológicas favoráveis ao aumento da produção, e a produção de influências desejadas no trabalhador, que fossem de interesse da administração.

Outro notório psicólogo da época, Walter Scott, criou uma empresa de consultoria para “[...] seleção de pessoal e métodos de aumento de eficiência do trabalhador” (SHULTZ & SHULTZ, 1999, p. 193). Interessava para ele o modo como a pessoa usava sua inteligência “[...] voltados para o julgamento, rapidez e precisão – as características necessárias à boa realização de um trabalho” (SHULTZ & SHULTZ, 1999, p. 194) e, não interessavam os testes de conteúdo mental. Naquela época, as pesquisas científicas eram fortemente financiadas pela iniciativa privada com o objetivo de otimizar a atuação dos trabalhadores na produtividade.

Concomitantemente surge o primeiro serviço de medicina do trabalho datado de 1830 que, segundo Mendes e Dias (1991), tinha como finalidade: ser dirigido por profissionais de confiança do capitalista, que se dispusesse a defendê-lo, no caso, o médico. Este centramento desviava a prevenção dos danos à saúde à tarefa médica, assim como a responsabilidade pela ocorrência de problemas de saúde, desresponsabilizando a empresa. A frase de Henry Ford (MENDES & DIAS, 1991, p. 343) dá o peso da importância do papel do médico do trabalho: “o corpo médico é a seção de minha fábrica que me dá mais lucro”. Segundo Mendes e Dias (1991), o acesso do trabalhador aos serviços do médico do trabalho garantia a dependência daquele, já que naquela época os serviços de saúde pública eram inexistentes, frágeis ou demorados. O serviço do médico do trabalho garantia o controle da força de trabalho no que diz respeito ao absentismo (analisando os casos de doenças, faltas, licenças), ao retorno mais rápido do trabalhador à produção.

De maneira geral, percebe-se que a relação do profissional de saúde e o trabalhador, numa determinada época, era tornar o trabalhador adaptado ao trabalho em prol das necessidades de produtividade da empresa.

Segundo Silva (1986), a Administração Científica, como ideologia

Enquadrava a visão acerca do indivíduo como um ser neutro, desprovido de história, que ao engajar-se com a parcela específica da tarefa que lhe era designada, tornava-se automaticamente apenas uma engrenagem a mais no sistema produtivo. O papel profissional significava prontidão para apresentar respostas mecânicas. Dessa forma, a questão da produtividade deveria ficar por conta da organização racional do trabalho, da adequação do método, enfim, da preponderância da visão pragmática e tecnicista, dentro da mais absoluta impessoalidade. (SILVA, 1986, p. 15).

Segundo Mendes e Dias (1991), num contexto de pós- guerra, crescem a insatisfação e o questionamento dos trabalhadores frente às doenças e acidentes de trabalho. Aos empregadores, o custo provocado pelas perdas de vidas, com as indenizações pagas às companhias de seguro, os custos diretos aos agravos à saúde de seus empregados, e a relativa impotência da medicina do trabalho, despontou uma resposta racional, sobretudo nas grandes empresas.

Esta foi fruto do desenvolvimento industrial, de novos equipamentos, processos e produtos, que aliados com desenvolvimento das novas técnicas e teorias psicológicas – como a hierarquia motivacional, as teorias X e Y, os Fatores Motivacionais e Higiênicos e o *Job Enrichment*, e as teorias de campo e dinâmica de grupo – trouxeram, segundo Silva (1986), uma mudança na relação do trabalho pela obtenção da produtividade através do bem estar. O surgimento de idéias de uma organização produtiva sob um ambiente social saudável foi denominado de Relações Humanas no Trabalho.

Segundo Maximiano (2000, p. 249), estas idéias de uma nova organização produtiva começaram com um experimento chamado *Hawthorne*, que tinha como objetivo “[...] explicar a influência do ambiente de trabalho sobre a produtividade dos trabalhadores” e acabou revelando a importância do grupo e a relação entre colegas e administradores sobre o desempenho dos indivíduos, pois entendem que o desempenho das pessoas depende menos do método de trabalho do que dos fatores emocionais. O autor coloca que este movimento foi revolucionário e marcou “[...] uma nova filosofia de administração em relação às idéias então predominantes da escola científica” (MAXIMIANO, 2000, p. 249).

Para a escola das Relações Humanas no Trabalho, segundo Maximiano (2000), a qualidade do tratamento dispensado pela gerência aos trabalhadores influencia fortemente seu desempenho: bom tratamento, bom desempenho. A fábrica deve ser vista como sistema social, formada pelos grupos que determinará o resultado do indivíduo. Entende-se, assim, que o trabalhador é mais leal ao grupo que à administração. E, a administração deve entender o comportamento de grupos e fortalecer as relações com eles, desenvolvendo as bases para o trabalho em equipe, o autogoverno e a cooperação.

O ponto central desta escola é o comportamento coletivo nas organizações, mas que não alterou a estrutura do modelo construído por Ford e Taylor.

Muito se pesquisou na área da saúde e ambiente de trabalho. Este movimento se caracterizou, segundo Mendes e Dias (1991), com a organização de equipes multi e interdisciplinares, denominado de Saúde Ocupacional cuja ênfase era na higiene industrial.

Segundo Silva (1986, p. 16), este sistema resultou numa exacerbação de “[...] valores afetivos intra-grupos, onde as relações informalizavam-se de tal forma que todos os assuntos profissionais eram temperados pela ótica da relação pessoal”.

Em seguida, surge uma nova corrente, baseada no pensamento sistêmico, denominada de Desenvolvimento Organizacional:

A organização seria uma composição de sub-sistemas integrados e interativos, e por sua vez constituía-se num outro sub-sistema pertencente a um sistema maior [...] cuja funcionalidade e eficiência decorriam da perfeita sintonia entre desempenho individual ou grupal e o modelo administrativo expresso em seus métodos formais de operação. (SILVA, 1986, p.17).

Estas idéias foram geradas no contexto de países altamente desenvolvidos, em época de explosão de tecnologia e recursos humanos qualificados. No Brasil, foi importado como modismo, em época de governo militar, que para dar certo, levaria a rupturas no sistema político e econômico vingente, esbarrando em grandes resistências de empresários.

Nos anos 80, surge o modelo japonês chamado Sistema Toyota ou Círculo de Controle de Qualidade, que trazia em seu bojo as idéias orientais, entre elas, os grupos de trabalho autogerenciados; parcerias com fornecedores dedicados; administração, empresa e produção enxuta; mentalidade *just in*

time; produção flexível; círculo de qualidade e aprimoramento contínuo; alta qualidade e baixo preço. (MAXIMIANO, 2000).

Segundo Maximiano (2000), este sistema traz influências de Ford e Taylor, mas vem evoluindo desde os primeiros sistemas de produção inventados. Com o princípio da eliminação de desperdícios (reduzir ao mínimo a atividade que não agrega valor ao produto), fez nascer a produção enxuta, que consiste em fabricar com o máximo de economia de recursos. Dentre os tipos de desperdício encontra-se o tempo, produção além do volume, operações, transporte, estoque, movimento humano e espera.

Para racionalizar a utilização da mão-de-obra, a Toyota agrupou os operários em equipes, com um líder em vez de um supervisor. As equipes receberam um conjunto de tarefas de montagem e a missão de trabalhar coletivamente. [...] O líder deveria trabalhar junto com o grupo e coordená-lo, substituindo qualquer trabalhador que faltasse. (MAXIMIANO, 2000, p. 223).

Assim, trabalha-se com a autogestão produtiva e o trabalho de equipe.

O princípio da fabricação de qualidade tem por objetivo produzir sem defeitos, identificando-os, corrigindo e eliminando as causas. Desta maneira, é importante a participação dos funcionários nos processos decisórios (por consenso), visando resolver problemas de qualidade e eficiência.

Silva (1986) analisa o Sistema Toyota como sistema fundamentado no

[...] envolvimento e participação, ou seja: na expectativa que ocorra uma identificação altamente positiva com o processo de trabalho, veiculada através de reuniões de discussão e formulação de sugestões que visem a economia, racionalização e melhoria da qualidade final do produto. (SILVA, 1986, p. 18).

3.2 PROCESSO DE TRABALHO E PATOLOGIA DO TRABALHO

O modo de gestão do trabalho é o que se entende por logística da empresa do qual se depreendem os procedimentos e as normas. O operário ciente destas atribuições, vai se organizar de acordo com este modo. Isto é o que podemos chamar de trabalho prescrito (planejado). Já o processo de trabalho está relacionado ao trabalho real, à atividade produtiva (executado).

Agora, este estudo debruçará sobre condições que certamente serão vistas no chão de fábrica. Estas condições podem ser fatores geradores de tensão, estresse e patologias do trabalho. Para isto, a pesquisa sobre Psicopatologia do Trabalho, de Seligmann-Silva (1990), levanta diversos tipos

de ocupação encontrados em diferentes fábricas, relacionando-os com sintomas decorrentes de tensão e estresse (visto como agressão ao corpo). Mais adiante, ver-se-á a contribuição de Keleman (1992) sobre as reações corpóreas frente a estas agressões, as quais, acredita-se que levam ao adoecimento do trabalhador. Não é em toda a fábrica que se encontra estes tipos de agressões, mas faz-se aqui um apanhado geral do que se encontra na pesquisa de Seligman- Silva (1990).

Primeiro, começa-se pelos fatores vistos na organização do trabalho. A gerência controla as tarefas do trabalhador determinando um tempo de execução, programado na máquina da linha de montagem. Este sistema impõe um ritmo. Em pesquisas sobre condições geradoras de tensão e de fadiga, Seligmann-Silva (1990) aponta o ritmo intensivo e extenuante como a causa de cansaço físico e cansaço geral, “[...] onde a tensão psíquica se faz presente” (SELIGMANN-SILVA, 1990, p. 240). Esta fadiga mental dá-se por “sobre-exigência de esforço psíquico (exigência de raciocínios rápidos; atenção concentrada prolongadamente; atenção forçosamente dissociada, etc.” (SELIGMANN-SILVA, 1990, p. 244). Existem situações de trabalho lento, monótono e repetitivo que também causam sofrimento.

Outro elemento freqüentemente encontrado no processo de trabalho é a jornada de trabalho, que são extensas, e seu prolongamento muitas vezes é forçoso, desrespeitando o preceito das oito horas de trabalho. Segundo Seligmann-Silva (1990), a dobra de turno (16 horas de trabalho) surge como causa importante de exaustão. Aponta que trabalhadores, por muitos anos, trabalhavam 12 horas em turnos alternados e, que estas excessivas jornadas contribuem para a fadiga crônica.

Os diferentes regimes de horários de trabalho, como o turno noturno ou alternado, praticados na indústria de funcionamento ininterrupto, para Seligmann-Silva (1990), submetem os trabalhadores a horários rotativos. Este regime rotativo provoca alteração no ciclo fisiológico do sono e no horário de ingestão dos alimentos e intensa sensação de mal-estar. No turno alternado, a interrupção do sono diurno pode não ser somente devido à fisiologia alterada, mas a muitas situações do dia, como ruídos domésticos, do trânsito, luminosidade, temperatura elevada, prejudicando a qualidade do sono, além de prejudicar a participação da vida familiar. Para a ingestão dos alimentos, há dificuldades devido ao ciclo natural, provocando um descompasso que inclui a

falta de apetite, dificuldade no processo de digestão e outros distúrbios funcionais (sensação de peso, dores abdominais, náuseas, azias). Há também a ocorrência de cansaço e nervosismo, e de maior consumo de bebidas alcoólicas em decorrência das rupturas da integração social (familiar e comunitária).

Outro fator com que o operário se defronta é a carga de trabalho, que pode ser vista tanto na intensidade, quanto na duração do esforço e pode ter, num primeiro momento, manifestação estritamente física, cognitiva ou psicoafetiva, mas que se refletirá sobre todo o biosistema humano. Assim, tarefas sucessivas ou intensificadas poderão levar às doenças crônicas. Duray afirma que

Numerosas afecções escapam ainda ao campo das doenças reconhecidas como profissionais, tais como as afecções cardiovasculares, nervosas, mentais, digestivas etc., sendo essencialmente devida às sobrecargas impostas pelas condições de trabalho e de vida cada vez mais difíceis. (DURAY (1972), *apud* SELIGMANN-SILVA, 1990, p. 227).

Há também a subcarga de trabalho, como em função de vigilância, em que a pessoa tem que estar atento permanentemente a uma situação em que não acontece nada de novo por horas.

Outro fator é o ambiente de trabalho que também pode ser gerador de estresse e que leva o trabalhador a um grau de autocontrole muito grande, para evitar perigos como acidentes de trabalho e a própria descompensação emocional-psíquica. Seligmann-Silva (1990) cita os seguintes elementos encontrados: mecânico (máquinas), químico (substâncias que entram por várias vias do corpo – poeiras, gases, outras substâncias), térmico (calor ou frio excessivos), luminoso (alta, baixa, inadequada), acústico (ruído), elétrico, radioativo, problemas de vibração, locais em que se permanece em prolongadas posições cansativas ou forçadas, ou locais de pouca higiene, apertados, abafados. Todos esses geram elevada tensão, mas seus efeitos podem ter especificidades. Por exemplo, os ambientes ruidosos podem gerar efeitos sobre o humor e sistema nervoso; ambientes com solventes químicos podem ser responsáveis por distúrbios neuropsiquiátricos, tonturas e dores de cabeça.

Os ambientes incômodos, como aqueles relacionados a condições desconfortáveis (por exemplo, assentos ruins ou equipamentos de segurança que se tornam inadequados com o suor do rosto, por exemplo) são fontes de

irritação e mal estar. Também há desconforto, precariedade e falta de higiene nos ambientes destinados aos trabalhadores, como os banheiros, por exemplo, que são percebidos por estes como um acinte à dignidade (SELIGMANN-SILVA, 1990).

Segundo Seligmann-Silva (1986; 1990), na organização do trabalho há uma hierarquia rígida e vertical predominando o autoritarismo, a repressão, a pressão, a punição severa (econômica), o assédio moral por parte das chefias, gerando estresse e esforço de autocontrole por parte dos trabalhadores. Estes manifestam mágoa, depressão, sentimento de injustiça e exclusão. A autora aponta um estudo relacionando fatores geradores de estresse com características pessoais e autoritarismos da chefia, que

[...] constituem fonte de repressão, angustia, manifestações psiquiátricas e psicossomáticas. São casos em que as emoções vão atuar através de seus equivalentes fisiológicos – determinando hipersecreção gástrica, hipertensão arterial, taquicardia, diarreia nervosa, etc. ou através de dinamismos conversivos, ocasionando por exemplo, aumento das dores musculares ou articulares, em que a raiva e revolta coarctadas, contidas ao nível do sistema osteo-articular e da musculatura, resultam em contrações continuadas que acabam por eclodir sob forma de dores (MCLEAN e TAYLOR (1958), *apud* SELIGMANN-SILVA, 1990, p. 240).

Isto serve aos interesses da empresa na busca de controle e de dominação para a maior exploração de mão de obra, até mesmo sob a forma sutil. Manipula-se sentimentos, valores, expectativas, por meio de variadas formas de desinformação (como os boatos), promovendo competições, fracionamento de grupos sociais, paternalismo patronal e chantagem emocional. O sentimento mais manipulado é o medo (de ser demitido, desprestigiado diante do grupo, o chamado assédio moral, de fracassar).

Segundo Seligmann-Silva (1986, p. 70), o controle, a alienação e o trabalho fragmentado da tarefa geram no empregado a desqualificação de seu trabalho: “Quanto maior a fragmentação, menor a qualificação e mais fácil a substituição do trabalhador por alguém que receba um brevíssimo treinamento”. Esta desqualificação dá-se num processo de sufocamento da subjetividade do trabalhador no processo de trabalho. Segundo Navarro e Padilha (2007), a sofisticação organizacional, caracterizada pela racionalização e fragmentação do processo do trabalho, relacionado ao controle e a divisão do trabalho, caminha paralelamente com esse sufocamento.

Outros pontos geradores de tensão que podem desencadear descompensações são: o tempo insuficiente de descanso (pausa, período entre jornadas, folgas); os desvios de função e o acúmulo de funções; a desinformação (insuficiente ou distorcida) sobre a natureza dos riscos à saúde e de vida, sobre as normas da empresa e os direitos dos trabalhadores; a rotatividade (instabilidade de vários setores) devido a crises de economia da empresa ou global gerando a ameaça do desemprego; a agudização das exigências de produtividade e o nível de responsabilidade envolvido na função.

Todo este contexto desembocará em alguma forma de patologia. Mas antes de qualquer descompensação psiconeurótica ou somática, o operário sente

[...] tanto a percepção do risco em si quanto a percepção da impossibilidade de controlar as causas de perigo de vida e de acidente, como acontece tão freqüentemente quando o ambiente e os equipamentos se apresentam como inseguros ou ameaçadores. O problema se torna crucial naqueles contextos gerais em que o trabalhador é coagido a enfrentar estes riscos, sob pena de punição ou demissão (SELIGMANN-SILVA, 1990, p. 241).

Vale ressaltar que a ansiedade ocasionada por estes fatores, principalmente, a intensificação do ritmo de trabalho, exige que o operário aumente a atenção e a agilização do trabalho tendo que diminuir sua atenção para os perigos decorrentes da tarefa (manipulação da máquina, queda de grande altura), aumentando assim, os riscos de acidentes de trabalho.

Seligmann-Silva (1986) ainda sugere a relação entre interações psiquiátricas em pessoas que passaram por períodos extensos de fadiga, e que os sintomas mais comuns relacionados à transição entre fadiga e patologia são insônia, irritação e desânimo. Comenta que a insônia e a irritabilidade andam concomitantemente e podem evoluir para os surtos psicóticos. E, o desânimo está associado a uma sensação de tristeza advinda da exaustão, unido à falta de disposição do trabalhador a qualquer iniciativa.

A Psicologia Corporal pode detalhar este processo da psicodinâmica da doença em detalhes relacionando seus nexos causais, e concomitantemente mostrar como pode o analista bioenergético acionar uma intervenção sobre o corpo exausto e psiquicamente descompensado do trabalhador, atuando através das emoções por meio de técnicas da Análise Bioenergética. É o que será visto nos capítulos 4 e 5.

3.3 PERFIL DO TRABALHADOR E O CAPITALISMO

Silva (1986) aponta características do trabalhador do ABC paulista, mas pode-se elencar algumas delas pensando num perfil generalizado. Vale ressaltar que o operário do norte é diferente do sudeste e que é diferente do sul. O trabalhador do campo é diferente do da cidade. Até dentro da mesma cultura, encontrar-se-á o mais conservador, o que veste a camisa (pertencimento), o que tem valores religiosos arraigados e diferentes, o mais alienado, o politizado.

Em pesquisa de 1984, Silva (1986) apontou o seguinte perfil do trabalhador ABC paulista: 32 anos de idade, sexo masculino, cor branca, casado, procedência rural, escolaridade primária, casa própria, quatro a cinco anos de tempo de serviço, utiliza ônibus, remuneração de quatro a cinco salários mínimos. Nesta época, no ABC paulista, as empresas eram as mais prestigiadas, em comparação a outras regiões do país, e os trabalhadores ganhavam mais que a maioria. A maioria construiu a casa com as próprias mãos e não fuma, e 10% têm carne, ovos, peixes e legumes no cardápio de casa.

Sobre os valores e costumes, “[...] há que se garantir logo uma profissão definida pois a sobrevivência é vista como uma perspectiva muito tênue.” (SILVA, 1986, p. 25), e cedo, o trabalhador desta classe social, induz os filhos a aprender um ofício em detrimento do estudo convencional. “Um outro valor se evidencia na depreciação do próprio macacão, valorizando o trabalho limpo e leve.” (SILVA, 1986, p. 25). O aborto é uma questão polêmica e manifesta-se sobre uma moral conservadora. No relacionamento sexual está presente a relação de poder e a sujeição e passividade da mulher.

O horizonte ambicionado é o casamento e os filhos, expressando uma significativa ausência de envolvimento com a carreira profissional [...] colocando como extremamente adequada a ótica de, quando muito, empregar-se para ajudar o orçamento do marido ou do pai. (SILVA, 1986, p. 26).

As mulheres trabalham com a expectativa de não mais trabalhar.

O pensamento sobre a ascensão social está muito relacionado com o modelo da TV (na fantasia). Ela é a diversão majoritária. A prática de esporte é mais freqüente (da escassa) opção de lazer.

Segundo Silva (1986), pensar o grupo de trabalhadores de fábrica reporta a fatores psico-sociais e econômicos, que são visíveis na sociedade como classe social, e dentro da empresa como pirâmide social. Desta maneira, dois são os condicionantes básicos dentro da empresa: o poder aquisitivo e o acesso ao conhecimento. Assim, têm-se profissões de remuneração melhor ou pior e de acordo com as leis do mercado. Sobre o quesito conhecimento, o conceito de um bom desenvolvimento profissional (que dá mais prestígio) está mais relacionado ao “saber mais” (conceber o trabalho) do que ao “fazer mais” (executar o trabalho).

Segundo Silva (1986), na base da pirâmide está o operário não-qualificado (um a quatro salários; que têm como aspiração conseguir uma oportunidade para aprender uma profissão, receber em dia, nunca receber advertência, não duvidar da honestidade dele); o segundo degrau da pirâmide é o operário qualificado (cinco a nove salários; que tem a preocupação em melhorar salário, obter destaque e bom desempenho, comparar-se com o outro, tem plano de remuneração diferente, o que dá um impacto divisionista entre trabalhadores); o terceiro degrau da pirâmide são os administradores, supervisores e técnicos especializados, responsáveis diretos pela manutenção dos valores e da ordem (dez a 20 salários; têm perspectivas de status); no topo da pirâmide encontra-se a elite decisória (20 a 40 salários até os salários exorbitantes; é competitiva, possui várias tendências, mas predomina o autocrático e controlador).

Mas, este sistema hierárquico, não se restringe ao poder formal. Na prática, muitas são as formas de resistência que afetam este controle do processo de trabalho e o próprio desenrolar do processo produtivo. A chamada burla (quer dizer, desviar da regra, da norma; fraudar) é comumente praticada, e pode ser efeito de um mecanismo de defesa frente às relações assimétricas, ao estresse ou, frente a periculosidade ou insalubridade do ambiente ou do processo de trabalho, ou uma forma de resistência consciente.

Assim, o poder pode se distribuir entre pessoas que têm a capacidade de influenciar o grupo, e a relação de poder toma outros contornos. Por exemplo, em situações como o conflito, a relação de dominação, a relação de tirar vantagem (passar a perna no outro, competitividade, empreguismo, malandragem, perseguição, proteção e acobertamento de erros), a desarmonia é provocada, e precisa de certa organização social para lidar com ela,

mudando a configuração formal da relação de poder. Assim, o poder se manifesta por relações informais e por lideranças que servem para dominar alguma situação ou alguma informação. Há aqueles chamados de “cagueta”, os quais prestam o favor à chefia de “dedurar” a resistência do grupo. Segundo Silva (1986, p. 37), o RH, historicamente identificado como “policialesco”, hoje, busca “Intermediar negociações, propiciar o desenvolvimento, incentivar carreiras, solucionar conflitos e contribuir para o amadurecimento das relações antagônicas”.

Frente a situações deste tipo, convém entender a natureza do que é o trabalho em sua essência.

O trabalho é gerador de renda e sustento para a pessoa e para a família. Ele é uma atividade por si só positiva que está no cerne da humanização. É por meio dele que o homem

[...] põe em movimento as forças naturais do seu corpo, braços e pernas, cabeça e mãos, a fim de apropriar-se dos recursos da natureza, imprimindo-lhes forma útil à vida humana. Atuando assim sobre a natureza externa e modificando-a, ao mesmo tempo modifica sua própria natureza. (MARX, *apud* NAVARRO e PADILHA, 2007, p. 20).

O trabalho assim compreendido é a essência do ser humano, atividade dirigida com o fim de criar valor-de-uso, “[...] condição necessária do intercâmbio material entre o homem e a natureza” (MARX (1989), *apud* NAVARRO e PADILHA, 2007, p. 15). Segundo Navarro e Padilha (2007), sob a lógica do capital, o trabalho se torna degradado, alienado, estranhado, pois o produto do trabalho aparece, no final, como algo alheio ao trabalhador, fetichizado. Para as autoras, “O fetiche da mercadoria é a aparência que se sobrepõe à essência, é o mundo das coisas como objetivo final” (NAVARRO e PADILHA, 2007, p. 16), suprimindo e sufocando a subjetividade humana, pois o indivíduo não se apropria do resultado de sua atividade, o produto não mais o pertence. A força de trabalho é coisificada, tornando-se valor de troca. Para Marx (NAVARRO e PADILHA, 2007, p. 15), “O trabalhador se torna uma mercadoria tão mais barata quanto mais mercadoria cria”. É a apropriação desigual dos produtos do trabalho humano.

E com a divisão de trabalho e intensificação do trabalho precarizam-se as condições de trabalho. Hoje, segundo Navarro e Padilha (2007), com todo o desenvolvimento tecnológico e científico dos processos produtivos, houve pouco alívio na labuta humana. Mesmo com a reestruturação produtiva para o

toyotismo, que deu uma aparência mais humana, acabou intensificando a exploração de mão de obra e a precarização do emprego.

Além das condições internas da fábrica, as duas condições externas, que podemos apontar, e que repercutem sobre a saúde mental do trabalhador são: a infra-estrutura sócio-econômica e sanitária de moradia do trabalhador e, a crise econômica e a do desemprego.

A primeira reflete a própria desvalorização que a lógica capitalista impõe sobre o trabalhador braçal, àquele que faz o serviço “pesado” e “sujo”, quando situa este na periferia da cidade, com poucas condições de acesso aos bens da sociedade. Em pesquisa da autora Seligmann-Silva (1990), as principais condições de vida percebidas como geradoras de tensão emocional e fadiga mental são: migração (perda da terra, separação de parentes e companheiros, perda de status), habitação em condições insatisfatórias, enchentes; poluição ambiental; violência e falta de segurança; insuficientes opções de lazer acessíveis; insuficiente oportunidade educacional (seja porque o cansaço e os horários de trabalho entram em conflito com a atenção e com o horário escolar); a limitante condição de analfabeto para o acesso a um progresso profissional; condição de pobreza; falta de um grupo de apoio. Pelo fato de estar na periferia, um leque de problemas se abre, e assim, o trabalhador de chão de fábrica está mais vulnerável às doenças, tanto infecciosas, quanto parasitárias e crônicas.

Do ponto de vista global, uma crise já se impõe constantemente, a do desemprego, em que o próprio sistema encarrega-se de otimizar seus lucros, minimizando os custos, utilizando-se da tecnologia para substituir a mão de obra e intensificando o trabalho, fazendo com que o trabalhador acumule funções. Isto repercute em um poder aquisitivo cada vez menor. Segundo Silva (1986), quando eclode uma crise global, o operário não-qualificado é o primeiro a ser demitido. E o efeito é em cascata, pois diminui o poder de compra e, outros setores da economia são impactados, com a diminuição na venda de produtos e serviços, como os eletrodomésticos, os marceneiros, as manicures, o turismo, etc. Assim, o trabalhador fica exposto a um clima de insegurança gerado por fatores globais. Sem contar que isto pode servir como desculpa para que o empresário procure encontrar “saídas” para escapar da legislação sobre as demissões. Então, desempregar pode ser uma desculpa dada pela

crise do petróleo, do imobiliário, pela guerra, pela ação da bolsa de valores, etc.

As leis trabalhistas estão mais flexíveis e aptas para o capitalista, dono dos meios de produção. Os sindicatos perderam bastante espaço diante desta flexibilização nos códigos trabalhistas.

Desta maneira, o objetivo deste capítulo, foi descrever o contexto histórico, o ambiente de trabalho e as condições sociais e políticas a qual está inserido o trabalhador, tendo como referência analítica a saúde do trabalhador. A partir daqui é que o analista bioenergético pode pensar a sua prática terapêutica tendo em vista um atendimento que procure estar em consonância com a busca de uma atenção integral à saúde do trabalhador.



4 O ENTENDIMENTO DA DOENÇA SEGUNDO A PSICOLOGIA REICHIANA

Wilhelm Reich foi psiquiatra e psicanalista que dedicou sua vida à pesquisa científica e ao estudo da psicopatologia e da saúde, entendendo o ser humano no contexto biopsicossocial e energético. Foi pela psicanálise freudiana que Reich (1977; 1992; 1995) se envolveu neste projeto, desbravando a psicodinâmica das doenças psíquicas para, ao fim, desenvolver e aprofundar uma epistemologia chamada Pensamento Funcional.

Desta maneira, Reich (1995) começou pela pesquisa sobre o psíquico seguindo, logo à frente, pelo social, biológico, físico e cósmico (religioso e orgonômico), relacionando a neurose e a saúde. Neste trajeto, Reich (1992) adotou critérios, métodos que levaram sua pesquisa a uma fundamentação palpável, concreta, experimental e objetiva. Um dos critérios foi a teoria da libido com base no movimento vegetativo e energético do corpo humano (REICH, 1992).

Segundo Stolkiner (2000), o materialismo dialético foi a origem e a fonte do pensamento funcional reichiano, mas este último não é dialético. O primeiro tem uma concepção materialista que permitiu a Reich (1977; 1992; 1995) estudar a neurose psíquica sobre uma base somática (a dinâmica da pulsão e a função do orgasmo), possibilitando a crítica à psicanálise da época que se assentava em bases abstratas, idealistas e metafísicas. Reich (1992; 1995) então, encontrou relações entre o nível psíquico e o somático e depois, foi englobando as diversas realidades seguindo um caminho de totalidade na relação saúde-doença.

Importa para este trabalho apontar alguns princípios deste pensamento para a reflexão sobre a condição do trabalhador e, enfatizar que o pensamento funcional reichiano difere do pensamento mecanicista, no qual se baseia a medicina ortodoxa e toda a instituição de conhecimentos da saúde que faz a redução do conhecimento em um dos dois pólos, mente ou corpo, que não procura relacioná-los, que exclui a função da emoção e do afeto. Assim, penso que Reich dá um passo epistemológico bastante importante para a cultura ocidental cujo movimento contemporâneo trilha cada vez mais para a união destes dois pólos, o entendimento holístico. Neste capítulo, procura-se relacionar estes componentes e mostrar que eles fazem parte de uma função.

“Para Reich, a vida é pulsação conjunta da matéria e da energia orgânica” (STOLKINER, 2000, p.10). Para Stolkiner (2000, p. 10), “O funcionamento energético em nosso corpo vivo se expressa como pulsação e fluxo”. E, para que este funcionamento se desloque pela totalidade dos campos em que o indivíduo está inserido, do qual não há maneira de fugir da totalidade, esse deve estar em movimento e não isolado da existência.

Segundo Stolkiner (2000, p. 15), “A realidade, para Reich, é movimento puro”. Este movimento puro “[...] é um movimento sem que alguma coisa se mova”. Quer dizer que o movimento da vida é a existência de uma coisa que permanece idêntica a si mesma. A vida se dá independente da ação dos seres, dos olhares sobre os fenômenos, porque ela permanecerá, na sua totalidade, sempre idêntica, e em movimento.

Segundo Stolkiner (2000, p. 16), “A couraça é a intenção de ir contra a natureza básica da realidade [...] a intenção de deter o movimento”. Este princípio é importante, pois ao entender o trabalho como parte essencial da vida, que constitui o sujeito, aquele que segue o modo taylorista é bastante violento. É violento porque detém todo o movimento do trabalhador, desde a manipulação laboral fragmentada no processo de trabalho, até a impossibilidade de expressar discordância da vontade ou, de reagir a uma situação degradante, estressante, que ameaça a própria vida. Agora, se fosse simples a solução: o trabalhador tem o livre-arbítrio e o direito de desempregar-se. Aí questiona-se, pois a condição do trabalhador não está isolado e imune às dificuldades. Esse ente está inserido no grande problema global, na sociedade que vivemos, que impele à fragmentação do homem (com a natureza), do mundo (divisão de ricos e pobres), da consciência (ego e corpo). Sendo assim, percebe-se a couraça como bloqueios deste fluxo energético que passa pelo corpo, e que encontra seu correspondente funcional com a sociedade. E, um corpo encouraçado não exerce um pensamento livre, que possa olhar a sua totalidade e ter base material e energética para sustentar as suas escolhas. Um corpo encouraçado é um corpo preso a uma situação.

4.1 PULSÃO E CARÁTER

Para Reich (1977), a teoria da libido (ou dinâmica da pulsão sexual) é o elemento mais sólido da psicanálise. Segundo Freud, “A pulsão é uma noção

limite entre o psíquico e o somático” (FREUD, *apud* REICH, 1977, p. 37), e a libido é a energia do instinto sexual. Nas fontes de excitação sexual (no organismo)

[...] edifica-se a superestrutura das funções psíquicas da libido, esta superestrutura permanece ligada à sua base, modifica-se com ela, quer quantitativamente quer qualitativamente – na puberdade por exemplo – e começa a apagar-se com ela – como depois da menopausa. A libido reflecte-se na consciência como uma tendência física e psíquica para a satisfação sexual, isto é, para uma descontração agradável. (REICH, 1977, p. 38).

Desta maneira, Reich (1995) não vê o aparelho psíquico com um funcionamento à parte do corpo; ele é sim, a expressão do movimento vegetativo (pulsão, emoção, estado afetivo).

Segundo Reich (1977), a noção de libido, proposta por Freud, surge da teoria da sexualidade infantil que consiste em processos evolutivos da libido nos estágios de desenvolvimento da criança até a maturidade, no estágio de sexualidade genital. Desta maneira, Reich (1977) coloca que alargou-se o entendimento de sexualidade incorporando nela todas as funções de prazer no processo, inegavelmente de natureza sexual, como o erotismo oral, anal e genital. Estas funções de prazer também são caracterizadas pela condição de existência do ser humano: nutricional, higiene e amor. Então, o desenvolvimento sadio dá-se pela relação de resolução e contenção (que às vezes é sentida como frustração) que o sujeito dá à libido de seu corpo.

Trotta (1993) refere-se ao Princípio do Prazer como “[...] um dos processos centrais do psiquismo”. Freud explana este princípio com a seguinte citação: “Toda atividade do indivíduo tem por objetivo a busca do prazer e a evitação do desprazer” (FREUD, *apud* TROTTA, 1993, p.12). Para Trotta (1993) o estado de prazer se caracteriza no plano biológico por

Estado de relaxamento muscular, aumento da amplitude e diminuição da frequência respiratória e cardíaca, vasodilatação periférica, aquecimento corporal, aumento do peristaltismo de toda a musculatura lisa, aumento das secreções exócrinas, parassimpaticotonia, aumento dos níveis plasmáticos de endorfinas, diminuição dos níveis plasmáticos de adrenalina e cortisol, etc. (TROTTA, 1993, p. 15).

No plano psíquico e emocional se caracteriza por

Uma sensação subjetiva de bem-estar, ausência de outras premências pulsionais, diminuição da atividade mental racional, e da atividade psicomotora, estado de elevação do humor (alegria),

sensações subjetivas de paz, tranquilidade e harmonia com a natureza. (TROTТА, 1993, p. 15).

E no plano energético “[...] por um estado de expansão do campo orgonótico e fluidez orgonótica (intra-organísmica e transorganísmica)” (TROTТА, 1993, p. 15).

Desta maneira, o prazer tem um papel fundamental para a saúde. O ser humano busca, por instinto de conservação, atividades que geram prazer, da mesma maneira que busca comer, beber água, abrigar-se, dormir, caminhar num parque, sair com os amigos, etc. Segundo Volpi e Volpi (2003, p. 25), “[...] Análise Bioenergética desenvolveu-se com base na psicanálise freudiana que adotava a teoria das pulsões como referencial”. E,

Um dos principais pressupostos da Bioenergética é que a meta essencial da vida é o prazer, e nunca a dor. O sentimento de prazer é a percepção de um movimento expansivo, como um fluxo de sentimento e energia que se dirige para a periferia do corpo. Parte do coração em direção aos pontos de contato com o mundo: olhos, boca, pele, mãos, pés e genitais. A contração por sua vez, é a experiência de dor, de fechamento, de retraimento. (VOLPI & VOLPI, 2003, p. 22).

Agora, como se dá o contato com o mundo, a busca do prazer e a saciação das necessidades fisiológicas e expressivas? E quais são os efeitos de uma severa repressão sobre isto?

Segundo Reich (1995, p. 332), “[...] o organismo vivo se expressa em movimentos [...] pressiona a si mesmo para fora”. Há uma busca pela satisfação de uma necessidade. A moção pulsional é uma carga libidinal. Esta carga no corpo é sentida por um aumento de tensão e a busca de um objeto é visto psicicamente como o (significante) escolhido para a saciação. O funcionamento vegetativo dá-se por constantes excitações e transmite uma sensação. Esta expressa-se num movimento do plasma. Segundo Reich (1995), o que se move é a energia orgone contida nos fluidos do corpo. Assim, a mobilização da emoção (que tem intenção e direção) é a mobilização desta energia.

A expressão de um indivíduo saudável, livre, é a expressão de seu sistema vegetativo, auto-regulado entre as exigências pulsionais e as interdições do mundo externo, na busca pelo prazer, na realização de trabalho, e na consciente tolerância à frustração desta busca. No trabalho, o ser humano utiliza-se de todo o seu empenho energético para uma tarefa que trará uma

satisfação produtiva. Ele utiliza-se de toda potencialidade e força, podendo manter a grande carga de prazer e de frustração.

A repressão da potencialidade do ser humano começa cedo, quando a criança é impedida de expressar e saciar alguma necessidade de contato (consigo ou com o mundo – materializada na pulsão), como por exemplo, de correr e brincar com um amigo. Ela continuará a fazer como expressão de sua vontade e alegria (prazer) e o constante impedimento do movimento expressivo, por meio da agressão ou da ameaça (medo de punição), gerará um conflito e uma frustração. Geralmente, este impedimento é de ordem moral e não faz qualquer menção com as necessidades do ser vivo.

Segundo Reich (1995), a presença deste conflito entre pulsão e mundo externo é clara para todos os casos clínicos, e seu processo acontece da seguinte maneira: a pulsão entra em conflito com a contra-força frustrante, ou seja, a proibição vinda do mundo externo. A pressão deste desenvolve uma dissociação de um empenho unitário da pulsão, que “[...] faz uma pulsão voltar-se contra outra pulsão, ou então a mesma pulsão se dividir em duas direções: uma que continua procurando o mundo e outra que se volta contra a própria pessoa.” (REICH, 1995, p. 280). Assim, a energia se dividiu e, uma parte tomou a direção contra si própria, sendo esta parte, o investimento energético com a qual a proibição se utiliza (por meio do ego). Este processo então gera uma mudança da função da pulsão, servindo agora às exigências do id e a serviço da defesa do ego.

Como “[...] a tarefa do ego é servir de mediador entre essas influências sociais – que mais tarde se tornam internalizadas como moralidade e inibição interna da pulsão – e às necessidades biológicas” (REICH, 1995, p. 270), a pulsão que mudará de função, para exercer o bloqueio da pulsão natural, vegetativa, é a pulsão do ego. Esta é “[...] a soma total das exigências vegetativas em sua função de defesa, [...] é a pulsão do id dirigida contra si própria ou contra outra pulsão.” (REICH, 1995, p. 282).

Segundo Reich (1995), esta experiência fica absorvida no caráter e se expressa como modos formais de comportamento. O que está recalcado e a defesa (conflito) se constituem numa unidade funcional e tem como base o sistema vegetativo. Por exemplo, em uma criança que tem necessidade de abraçar seus pais, e estes agem com indiferença, a pulsão que se manifestou em seus braços e peito será refreada, trazendo várias manifestações como

bloqueio afetivo orgonótico, manifestada nos braços e no peito e, sensação de não ser amada, dificuldade de buscar amor. Assim, seus ombros podem se fechar em direção ao peito para dar conta desta dor emocional, seus braços podem ter sensações de fraqueza devido à frustração e o perigo que pode acarretar uma nova experiência de busca. Então, a experiência fica registrada no caráter e no corpo (músculo).

Segundo Reich (1995), o intelecto também pode servir como expressão da atividade vegetativa e afetiva, quando está em conformidade com sua ação motora, ou como defesa, ao assumir uma posição crítica em relação ao afeto e, em se afastar do mundo, das relações. Assim, o intelecto tem uma relação funcional com o afeto.

Para Reich (1995), toda pulsão que foi contida servirá para deter pulsões mais profundamente recalçadas, formando um entrelaçamento e camadas profundas de defesas (antíteses e dissociações) numa concentração de forças opostas no caráter. Por exemplo, a reação da criança frente à indiferença dos pais pode gerar comportamentos de qualidade agressiva e destrutiva. Esta, que é proibida ser expressa, terá que ser recalçada, utilizando-se de mais defesas para aplacar a pulsão transformada em ódio mortal. Este processo pode ser compensado pela atitude oposta, por exemplo, o amor submisso e impotente (medo de perder o objeto de amor) em relação aos pais. A forma apaziguadora deste conflito é o equivalente somático de ter fraqueza nos braços e a sensação de frio. Mais à frente, situações frustrantes como a primária reativarão este modo de atuar da pessoa, pela expressão pulsional enredada neste modo de funcionar e de resolver os conflitos, a satisfação e a frustração.

Toda vez que moções pulsionais são impedidas de relação direta com os objetos do mundo, o resultado é a angústia, como expressão de um arrastar-se para dentro de si mesmo e o desenvolvimento de um muro de negação ao contato. (REICH, 1995, p. 294).

O embotamento psíquico se caracteriza, segundo Reich (1995), por resignação, apatia, isolamento, enfraquecimento da atividade e do interesse. Aciona o medo de contato com experiências e pessoas, em síntese, o medo do contato orgástico.

Dado que o contato vegetativo imediato com o mundo foi mais ou menos destruído, quando seus vestígios restantes já não são mais suficientes para preservar a relação com o mundo externo, ou se

desenvolvem funções substitutivas ou há tentativas de estabelecer um contato substitutivo. (REICH, 1995, p. 301).

Assim, segundo Volpi e Volpi (2003, p. 20) “[...] toda a vivacidade do corpo acaba sendo submetida à repressão”. A expressão da pulsão pode ser vista em sua funcionalidade da seguinte forma:

Se já não atacamos ninguém com os golpes de nossos braços e pernas quando sentimos raiva, também inibimos o enlace amoroso do abraço; se nossa garganta, respiração e abdômem contêm o grito ou o choro, também já não cantamos, gargalhamos ou suspiramos de prazer. Uma vez que tenhamos perdido o contato com nossas pernas, a fim de não sentirmos nossas emoções, em especial as sexuais, também e infelizmente, diminuímos nossa possibilidade de nos sustentarmos e de sermos independentes (VOLPI e VOLPI, 2003, p. 20).

Concluindo, a energia clivada é consumida e retida pela malha compacta de pulsões inibidoras, que dá forma ao caráter (personalidade) e às couraças (corpo). O trabalho terapêutico das psicologias corporalistas segue o sentido da dissolução da defesa, da couraça, sobre o caráter, sobre a inibição orgástica, com o intuito de restabelecer o fluxo orgonótico, a potência orgástica, dando base de sustentação genital à energia desbloqueada, integrando o ego com as situações de trauma e conflito (repressão).

4.2 COURAÇAS

Seguindo o raciocínio colocado acima, veremos como o conflito que age no ego dá forma ao corpo e altera o tônus muscular. Caráter (ego) e Couraça (tensões crônicas do corpo) fazem parte de uma unidade funcional, e não se encontram separados e sim, integrados. As constituições funcionais a nível de ego, dá-se o nome de Caráter (exemplos, caracteres esquizóides, orais, psicopáticos, masoquistas, rígidos) (Volpi & Volpi, 2003). As constituições funcionais a nível de corpo, chama-se Couraças (exemplos, sintomas físicos, morfologia do corpo, estados energéticos do corpo)

Para o ego conseguir dar conta das frustrações e de lidar com a estase de energia, resultado da inibição, ele tem que passar por uma alteração. Segundo Reich (1995), o ego, como parte exposta ao mundo externo (gerador de medo), torna-se rígido quando está continuamente sujeito ao mesmo conflito. Nesse processo adquire um modo de reação crônico, que evita tanto o

desprazer do mundo externo quanto a capacidade de realização e prazer de suas necessidades internas. Trotta (1999) coloca que

Reich descobriu que os distúrbios psico-emocionais estão sempre associados a disfunções anatômico-fisiológicas diversas, os quais são parte integrante, como par funcional, de um sistema unitário. A este conjunto de disfunções corporais ele denominou couraça. A couraça inclui disfunções musculares, viscerais, sensoperceptivas, respiratórias, hormonais, etc., que se instalaram como defesa contra o medo gerado por eventos traumáticos e situações de ameaça e sofrimento crônico da história de vida da pessoa. [...] A couraça constituída para reprimir emoções e impulsos produz um represamento destes fluxos de energia. (TROTТА, 1999, p. 34).

Segundo Trotta (1999), bloqueios orgonóticos irão surgir com a instalação das couraças (nos músculos). Os bloqueios são: os hipo-orgonóticos (déficit de energia: musculatura hipotônica, baixa irrigação, frias, pálidas e desvitalizadas), hiper-orgonóticos (estase de energia: musculatura hipertônica, com congestão líquida, quentes, hipersensíveis ou doloridas). Estas disfunções também ocorrem na musculatura lisa.

Reich (1995) descobriu que a disposição da couraça no corpo se dá de maneira segmentar, circular, horizontal com a espinha dorsal. “Um segmento de couraça compreende aqueles órgãos e grupo de músculos que têm um contato funcional entre si e que podem induzir-se mutuamente a participar do movimento expressivo emocional” (REICH, 1995, p. 342). Desta maneira ele descreveu sete segmentos de couraça que perpassam o corpo, sendo eles: ocular, oral, cervical, torácico, diafragmático, abdominal e pélvico.

Para um trabalho de desencouraçamento é preciso seguir regras importantes. Um dos princípios é trabalhar de cima para baixo, começando pelo primeiro segmento até o sétimo. Hoje, tem-se inúmeras escolas reichianas que trabalham de forma diferente, mas que no bojo adotam os cuidados necessários com o corpo. Veremos que a Análise Bioenergética procura trabalhar as pernas, que estão relacionadas ao sétimo segmento, para dar base de sustentação à liberação de energia represada, que será provocada pela psicoterapia, e procura fortalecer o ego (VOLPI & VOLPI, 2003).

A obra de Navarro (1995a; 1995b) traz um completo estudo sobre as sintomatologias relacionadas aos sete segmentos de couraças. Segue um resumo de alguns sintomas relacionados aos seguintes segmentos, segundo Trotta (1993):

- **Ocular** – síndromes psicóticas, cefaléias, epilepsia, tipos de cegueira, miopia, hipermetropia, astigmatismo, estrabismo, glaucomas, rinites, sinusites, tipos de surdez, otites, etc.
- **Oral** – depressão e síndrome maníacas, tipos de gastrite, úlcera, bronquite asmática, colites, tuberculose, psoríase, enxaqueca, certos distúrbios da função sexual (frigidez, impotência, ninfomania, vaginismo), patologias odontológicas, etc.
- **Cervical** – faringites, laringites, amigdalites, acne, artrose cervical, disfunções da tireóide e paratireóides, etc.
- **Torácico** – bronquite asmática, angina *pectoris*, enfarte do miocárdio, insuficiência cardíaca, tuberculose, artroses e doenças reumáticas dos braços e mãos, tumores da glândula mamária, etc.
- **Diafragmático** – úlceras, gastrites, diabete, pancreatite, diversas hepatopatias, insuficiência pancreática, hipoglicemia, obesidade, insuficiência renal, etc.
- **Abdominal** – diarréias, prisão de ventre, colites, diverticulites, hérnias, lombalgias, etc.
- **Pélvico** – cistites, dismenorréias, vaginites, uretrites, hemorróidas, tumores e cistos, distúrbios de micção, esterilidade, artroses nas articulações inferiores, etc.

O trabalho nestes segmentos vai liberando energia e restituindo a pulsação e o bom tônus muscular, importantes para um contato com o mundo mais prazeroso, menos rígido e mais saudável.

A sexualidade para Reich (1992) é a função biológica da expansão do ser, “para fora do eu”. E a potência orgástica

[...] é a capacidade de abandonar-se, livre de quaisquer inibições, ao fluxo da energia biológica; a capacidade de descarregar completamente a excitação sexual reprimida, por meio de involuntárias e agradáveis convulsões no corpo. (REICH, 1992, p. 94)

“[...] é um fenômeno produzido pela redução de toda a atividade psíquica à função vegetativa primordial.” (REICH, 1995, p. 274). O orgasmo é uma descarga elétrica (em seu clímax, ocorre a perda do ego) que permite equilibrar (regular) a energia do corpo, experiência extremamente agradável, liberando o organismo da tensão represada (REICH, 1992) e gerando prazer. “A fonte da energia da neurose tem origem na diferença entre o acúmulo e a descarga da

energia sexual.” (REICH, 1992, p. 102). Se a pessoa está com a sexualidade perturbada, ou seja, com o potencial para o prazer restringido ou com esta função deturpada, ela não conseguirá descarregar toda a energia represada e, esta estará disposta no corpo fazendo ligações com idéias psíquicas. “A tendência destrutiva cravada no caráter não é senão a cólera que o indivíduo sente por causa da sua frustração na vida e da sua falta de satisfação sexual” (REICH, 1992, p. 133), e se expressa pela neurose, por comportamentos pré-genitais, pelos comportamentos estereotipados, pela violência, etc., sendo a reação do organismo à frustração desta necessidade vital (e econômica).

A potência orgástica é um sinal de boa saúde, envolvendo o organismo inteiro. “A gravidade de todas as formas de enfermidade psíquica está diretamente relacionada com a gravidade da perturbação genital.” (REICH, 1992, p. 90).

“As probabilidades de cura e o sucesso da cura dependem diretamente da possibilidade de estabelecer a capacidade para a satisfação genital completa” (REICH, 1992, p. 90) e só pode desdobrar-se em contextos sociais determinantes e favoráveis (DADOUN, 1991).

Assim, Reich (1995, p. 327) entende que “A vida vegetativa do homem é apenas uma parte do processo universal da natureza. Em suas correntes vegetativas, o homem também experiencia uma parte da natureza”. O fluxo energético (afetivo e racional) se dá pelo contato com o mundo e com as necessidades vitais. Este movimento é sinal de uma pessoa saudável.

4.3 ESTRESSE E CORPO

Agora que foi exposto como o processo de repressão de uma expressão, vontade, afeto ou emoção pode gerar uma doença e também, vimos a relação entre o psíquico e o somático neste processo, nesta sessão procurar-se-á entender como o corpo reage às ameaças do meio ambiente laboral (sob as condições apontadas acima). Para aprofundar no entendimento da formação da couraça, utilizou-se aqui as contribuições de Keleman (1992) para o estudo anatômico e fisiológico que a agressão do meio pode ocasionar para a saúde mental de um indivíduo. Esse fenômeno é explicado utilizando-se do papel da emoção e a integração que o ego faz entre o meio ambiente e o corpo. Partindo do pensamento funcional, esta epistemologia usada se difere

da epistemologia mais comumente encontrada nas formações médicas. Escolheu-se este estudo para abrir um diálogo com médicos e psicólogos (do trabalho e corporalistas) para dar conta deste fenômeno (complexo) sobre a saúde mental do trabalhador.

Na fábrica descrita aqui, o estresse crônico existe, mas o estresse vivenciado nela impacta de forma aguda o trabalhador. Os mecanismos de defesas agem de forma automática, o corpo expressa a defesa e posteriormente o psíquico age dando a palavra final, a decisão do que fazer. O problema é que, devido à neurose de fábrica (perseguição, ameaça, carga de trabalho, assédio moral), aos valores morais e culturais, às condições econômicas, ao desemprego, etc., o ego age contrário à expressão de defesa, natural e automática do corpo (ataque, fuga ou congelamento). Esta dissociação, a falta de contato (consigo e com o mundo), a alienação, é chave para outros problemas, como a violência familiar, as neuroses regressivas, a doença detectada tardiamente, os acidentes de trabalho, mortes e etc.

Partindo do princípio, segundo Keleman (1992), a história protoplasmática caminha para uma forma pessoal e humana, quer dizer, da concepção ao desenvolvimento embriológico, estruturas da infância, adolescência até a fase adulta, moléculas, células, organismos, movimentam-se de acordo com as experiências internas e externas de acontecimentos importantes na vida do indivíduo. E da experiência e seu movimento gera-se uma forma corpórea, ou seja, para Keleman (1992, p. 11), “A vida produz formas”.

A forma (corpo) pode ser flexível, densa, compacta, rígida, inflada, colapsada. A primeira destas citadas, permite um maior movimento interno (devido ao melhor tônus muscular, tissular, circulação energética, capacidade de sentir prazer) e externa (melhor contato com o mundo, amorosidade, produtividade, potencialidade, etc.). A forma flexível também apresenta caráter e couraça, mas o ego tem mais capacidade para se adaptar a novas situações, utilizando-se de defesas num dado momento e se entregando completamente ao afeto ou a uma descarga orgástica. As outras formas apresentam caracteres e couraças mais cronificadas.

O processo anatômico constitui uma sabedoria profunda e poderosa que dá origem a imagens internas de sentimento. As formas externas do corpo e as formas internas dos órgãos nos falam da motilidade celular, da organização e do movimento da psique e da alma. Os

sentimentos gerados por essas formas constituem o fundamento dos programas cerebrais, da consciência, de nosso modo de pensar e de sentir. Os sentimentos são a cola que nos mantém inteiros e se baseiam na anatomia. (KELEMAN, 1992, p. 12).

Diante desta complexidade, vamos selecionar apenas alguns aspectos que elucidam a relação do estresse de fábrica com o impacto no corpo do trabalhador. De um modo geral, enunciamos este projeto biológico chamado: homem.

O homem é um organismo em autoconstrução. Ele é uma série de espaços organizados que desenvolve uma estrutura que permite a circulação de nutrientes e substâncias. Essa estrutura, de tubos interligados, move vapores e gases. Nós processamos esses líquidos e gases para transformá-los em combustível para nosso metabolismo. Os líquidos passam através de nós, os nutrientes são retidos, e o que é perigoso ou inútil é expelido. [...] Do mesmo modo, absorvemos nutrição emocional do mundo que nos rodeia e a utilizamos para nos nutrir e trocar com os outros aquilo que formamos. (KELEMAN, 1992, p. 16).

Esta troca se dá pela pulsação (ação de bombeamento – contração e expansão celular) deste aparelho orgânico composto por órgãos, tubos, camadas, bolsas, revestidas por células. A troca material e orgânica parece fazer a unidade funcional com o processo psíquico de projeção e introjeção humana, carregada pelos sentimentos (pela pulsão).

Para Reich (1992, p. 245), “[...] todos os impulsos biológicos e sensações biológicas do organismo podem ser reduzidos a expansão (alongamento, dilatação) e contração (encolhimento, constrição)”. Ainda, complementa que diante da complexidade e de pesquisas nas complicadíssimas inervações vegetativas dos órgãos,

[...] perceberemos que o sistema nervoso parassimpático opera na direção da expansão “para fora do eu, em direção ao mundo”, do prazer e da alegria; ao contrário, o sistema nervoso simpático opera na direção da contração “para longe do mundo, para dentro do eu”, da tristeza e do desprazer. (REICH, 1992, p. 245).

No nível celular, segundo Keleman (1992), a célula é composta de água. A água é polarizada e pressurizada. A célula tem uma forma mutável que pode aumentar ou diminuir, e a pulsação se dá na membrana celular. As células transportam substâncias e nutrientes (em forma de líquido) e a pressão, “[...] é um fenômeno fundamental para a organização do soma, da inteligência e do caráter.” (KELEMAN, 1992, p. 19).

Desta maneira, para Keleman (1992), o intercâmbio entre a célula e o mundo exerce uma troca contínua de pressão. Isto é visto no espessamento da

parede celular: tanto o interior da célula pode exercer-se uma pressão para fora (expansão) quanto pode resistir a uma pressão externa, pressão para dentro (contração). Há muitas maneiras desta relação acontecer, por exemplo: sob uma grande pressão, nos tornamos compactos e densos; sob pouca pressão, inchamos; se a pressão se acumula gradualmente, em ambos os sentidos (interno e externo), as paredes celulares se espessam. “O reconhecimento contínuo da pressão e a acomodação a ela devem permanecer constantes para se manter uma identidade.” (KELEMAN, 1992, p. 19).

Quer dizer, a consciência da experiência e a adaptação a ela dão o tom da aceitação da pressão. Esta acomodação (padrão pulsátil) gera uma identidade. Parece ser o mesmo sentido que Marx deu sobre o trabalho: O homem faz o trabalho que faz o homem. Quando este processo envolve produtividade, satisfação e conhecimento, e quando está de acordo com a natureza (em seu valor de uso), há a identificação com o trabalho de forma digna e saudável.

Para Keleman (1992), muitas bombas celulares se unem para formar bombas maiores para dar base a muitas funções, como “[...] trocas de líquidos, respiração, absorção de alimentos e excreção” (KELEMAN, 1992, p. 26). Este padrão pulsátil dá-se em diferentes intensidades e amplitudes, apresentando um tipo específico de motilidade e peristalse.

Para Keleman (1992, p. 16), “Todo o organismo é uma bolsa pulsátil”. É um conjunto de tubos peristálticos em camadas organizados em espaços, formando uma estrutura. Estes tubos são vistos na árvore vascular, neural, no trato digestivo e hepático. Eles apresentam uma camada protetora (externa), uma muscular (de suporte), um tecido conjuntivo e uma camada especializada (para processar substâncias) ao redor do lúmen do tubo. A motilidade dos tubos e camadas (tecidos) é o que permite a circulação de substâncias.

Para Keleman (1992), os órgãos são unidades especializadas, como os rins que fazem a transformação da linfa e a boca que faz a decomposição química dos alimentos. Eles são circunscritos por quatro bolsas que têm funções generalizadas, sendo elas: cabeça (informação), tórax (respiração), abdome (digestão) e pélvis (reprodução e equilíbrio energético). Estas têm em suas extremidades esfíncteres que servem como saída e entrada de substâncias e são reguladoras de pressão: pescoço, cintura, boca e ânus. Ainda, a relação destas bolsas tem um padrão de pulsação como uma sanfona,

da cabeça aos pés, articulado aos vários diafragmas (pescoço, tórax, crânio e soalho pélvico – meio e extremidades), que é a força para sustentar a verticalidade.

A peristalse é a grande comunicação. Para Keleman (1992), ela se dá por movimentos ondulatórios numa maré pulsátil, longitudinal, vertical, transversal e circular. A primeira onda é a de nutrição e respiração, à camada interna do tubo. Há estações de bombeamento para auxiliá-la. Dela, parte a onda seguinte conectando o sistema nervoso que transporta informações para cima e para baixo, para os lados, para fora e para dentro. Do tubo neural partem as ondas rápidas do sistema nervoso central e as lentas do sistema nervoso vegetativo, que chegarão aos ossos e músculos (ondas de tônus muscular) para dar suporte à posição ereta, e os demais músculos antigravitacionais, os de respostas imediatas, os hormônios.

Para Volpi e Volpi (2003), a forma mais eficaz de reprimir as emoções é contendo a respiração, que leva também a uma lentificação das atividades metabólicas.

Fisiologicamente, conter a respiração diminui todo o metabolismo do organismo, que, com isso, também tem a sua sensibilidade diminuída. A diminuição da oxigenação nos tecidos, por sua vez, leva à estase energética, mantenedora da tensão que mais tarde torna-se inconsciente e perpetua a neurose. [...] Reduzir a absorção de oxigênio mantém as emoções sob controle, mas, conseqüentemente, reduz a energia vital da pessoa (VOLPI e VOLPI, 2003, p. 15)

Segundo Keleman (1992), o bombeamento gera pressão para manter uma integridade estrutural e se reflete em um estado interno, sentimentos que reconhecemos como nossos. Assim, sentimentos são estados orgânicos generalizados, enquanto que a emoção são respostas comportamentais que tem direção e intenção.

Para Keleman (1992), o projeto do corpo é construir espaços e estruturas para manter a pulsação de modo a possibilitar as atividades especializadas. Para que isto ocorra, precisa haver uma organização nítida para que a pulsação viaje por todo o corpo.

Padrões contínuos de distresse emocional [...] podem fazer com que os tubos, camadas e bolsas se tornem rígidos e alongados, densos e comprimidos, inchados e estufados, ou em colapso e frágeis. As bolsas se encaixam umas nas outras [...] de maneira que o pescoço encurta, a cintura desaparece, o peito se abate, a cabeça ou a barriga intumescem. Nessas condições, o tecido não suporta ondas de pulsação; o pensamento, sentimento, ação e postura ereta são afetados. (KELEMAN, 1992, p. 31).

Assim, frente à importância deste arranjo, pode-se imaginar o que acontece com um trabalhador que vive na fábrica sob condições precárias e muito estressantes, que se sente impotente a situações de perigo e ameaça real? Agora pode-se entender como e por que surge a doença ocupacional de fábrica? Para finalizar esta exposição, mostrar-se-á como o continuum de estresse leva o trabalhador ao colapso: doença, invalidez e morte.

Segundo Keleman (1992), o estresse e o distresse perturbam os padrões de pulsação (peristalse) e a estrutura tubular, podendo haver, por exemplo, uma superexpansão e dificuldade de recuar, ou um encolhimento e uma incapacidade para expandir, ou um conflito entre estes dois modos. O estresse constante levará o organismo a um estado constante de resposta que se tornará parte contínua da estrutura. Assim, a pessoa toma a forma densa ou colapsada (células contraídas, para dentro), ou rígido e inchado (células expandidas, para fora). Claro que desta maneira, faz-se uma redução para entender melhor este fenômeno que é bastante complexo e que apresenta várias matizes. Mas o que acontece, segundo Keleman (1992), é que em estados rígidos, os espaços (cavidades) se estreitam em espasmos. Nas estruturas densas, estreita-se o buraco do tubo. Nas estruturas inchadas, o tubo muscular não cria resistência à pressão. No colapso, a parede corporal implode, atrofia, perde a forma.

Desta maneira, perde-se em flexibilidade, vitalidade, capacidade de resposta levando o organismo à apatia, resignação, falta de confiança, refletido na sua imagem corpórea.

Qualidades emocionais repercutem na pulsação do corpo de um indivíduo em resposta a uma agressão.

Os centros nervosos do cérebro e certos hormônios regulam as ondas peristálticas rítmicas, tornando-se mais rápidas ou mais lentas. Em estado de pânico, há peristalse de bombeamento rápido. Quando excitados, há bombeamento pleno. A tristeza altera o bombeamento. A depressão amortece a peristalse. (KELEMAN, 1992, p. 26).

Segundo Keleman (1992), sob estresse contínuo o corpo se fixa nas emoções de emergência – raiva, fúria, medo, pânico, horror, impotência, desesperança, apatia – e, distante de um bom tônus (e sim, em um extremo dele), a pessoa caminha para a rigidez ou para o colapso. Assim,

Uma situação de estresse aciona o corpo que vai responder por um reflexo instintivo chamado “reflexo do susto”. Este se baseia na

capacidade do organismo em paralisar a pulsação, criar segmentação e recrutar mais e mais de suas camadas para a resposta. (KELEMAN, 1992, p. 80).

O reflexo do susto é a resposta automática do corpo em situação de estresse contínuo, como as condições de fábrica, por exemplo. As respostas possíveis são de defesas: lutar, esquivar, fugir ou congelar. O corpo do trabalhador reagirá segundo dois padrões: o primeiro continuum de estresse é o *overbound* (onde o corpo irá expandir); o segundo é o *underbound* (onde o corpo irá contrair).

Para a resposta *overbound*,

O organismo, inicialmente, reage à agressão tornando-se mais sólido. Ele se endurece, organiza mais forma, torna-se rígido, depois denso. À medida que os processos metabólicos se aceleram, os órgãos, o sistema muscular e o cérebro ficam excitados. A estrutura tenta controlar a compressão. Essas condições são acompanhadas por sentimentos de raiva, fúria, controle, desafio e dúvida sobre si mesmo. (KELEMAN, 1992, p. 77).

Se a pessoa não consegue se livrar da agressão, estando em contínua exposição, a pessoa desiste de lutar (*underbound*).

O organismo torna-se parecido com um líquido. Ele perde sua forma, intumescce ou entra em colapso. Os processos metabólicos se reduzem. A excitação permanece num nível superficial ou se extingue lentamente como uma lembrança. A motilidade orgânica e a peristalse excitatória global diminuem. Surgem sensações de inflação, invasão, de grandiosidade, ou de colapso, de desespero e de impotência. A estrutura se expande em direção ao mundo para descobrir um vínculo que preencha ou colapsa para dentro e encolhe, retirando-se do mundo (KELEMAN, 1992, p. 77).

Esta entrega (“não posso mais lutar”) muitas vezes é percebida em trabalhadores que “caem na cachaça”. O vínculo com o mundo (a cachaça) pode ser a satisfação encontrada a nível oral (e revivida) do afeto materno, que o desvia (protege) para longe do mundo hostil. Quando vimos trabalhadores assim, percebemos seu corpo como um líquido que escorre pelas escadas e alamedas da rua. Um filme que retrata este universo da exploração da mão de obra do trabalhador é “O Homem que Virou Suco” (1979), do diretor João Batista de Andrade. Homem / suco, um continuum do antes e depois.

As seis fases deste continuum de estresse, segundo Keleman (1992), são:

1º - Investigação e cautela – Começa pela interrupção da atividade e o estado de alerta;

2º - Retesamento e desagrado – Aumento de excitação e pulsação dos órgãos (início do distresse);

3º - Rigidez, aversão, medo – Insegurança frente à situação, a pessoa não sabe se deve ficar de frente ou dobrar-se. Os tubos se contraem e congelam;

4º - Retesamento e espasticidade – O organismo congela, surge a impotência, a excitação diminui;

5º - Recuo, submissão – Surge a desorganização e a derrota. O indivíduo encontra-se fatigado, incapaz de lutar. Seu corpo reduz-se a cadência das pulsações do peito e da cabeça;

6º - Colapso, derrota, resignação – a cabeça, a espinha, o esôfago e a língua são puxados para baixo, com os órgãos abdominais dando suporte à parte superior do corpo.

Keleman (1992) coloca com detalhe este processo. O objetivo aqui é mostrar o caminho lógico para entender um fenômeno, a saúde e doença do trabalhador de fábrica. Este processo somático descrito por Keleman (1992) vale para qualquer situação conflituosa em que a pessoa está envolvida. Depende muito mais de como ela vive a experiência, se aprendendo positivamente ou se resignando negativamente. No caso do trabalhador, entendemos que existe uma situação degradante tanto no processo de trabalho taylorista que esmaga toda subjetividade e identidade do trabalhador, quanto nas condições ambientais do trabalho, na carga de trabalho e nas condições socioeconômicas de sua moradia. É por isso que se percebe que o impacto é agudo, pois não resta meios do trabalhador se defender a tantas ameaças e, que o provável destino dele seja a fuga ou a derrota.

Não é intenção aqui, pintar a fábrica como teatro de horrores, mas, de pensar o que acontece que tantos trabalhadores adoecem, sofrem mutilações, apresentam seqüelas irreversíveis, sofrem tantos acidentes e morrem. Sabemos que existe uma lógica que passa por toda a superestrutura da sociedade que sustenta esta economia baseada na exploração da mão de obra do trabalhador do Terceiro Mundo, e da matéria-prima. Esta é a ideologia do Capital onde tem a questão financeira é prioridade frente à questão ecológica e humana. Esta superestrutura passa pelos poderes (executivo, legislativo, judiciário) além de instituições chaves como os meios de comunicação, as escolas, os hospitais, a família, etc.

5 A BIOENERGÉTICA COMO INTERVENÇÃO À SAÚDE DO TRABALHADOR

A Bioenergética é teoria e prática que se mostra apropriada para atuar na tensão corporal advinda do estresse laboral. Sua intervenção se dá por exercícios corporais, gestos, posturas e análise do caráter (VOLPI & VOLPI, 2003). Segundo o seu criador, de formação médica, Alexander Lowen (1982, p. 38), “A bioenergética é uma técnica terapêutica que ajuda o indivíduo a reencontrar-se com o seu corpo, e a tirar o mais alto grau de proveito que há nele”. Ela é também “[...] uma forma de terapia que combina o trabalho com o corpo e com a mente para ajudar as pessoas a resolverem seus problemas emocionais e melhor perceberem o seu potencial para o prazer e para a alegria de viver.” (LOWEN & LOWEN, 1985, p. 11).

A Bioenergética se assemelha a Psicologia Formativa (de Keleman) em alguns pontos essenciais, como a existência de uma linguagem somática, entendendo que a história de vida de uma pessoa, nos aspectos emocionais e culturais, encontra-se ancorados em seu corpo. Assim, uma das direções tomada por ambas é tomar consciência de atitudes e comportamentos dentro do contexto social, sob o processo subjetivo corporificado. Ambas se baseiam em exercícios com funções adaptativas, procurando ampliar o diálogo com o corpo, em que o terapeuta facilita e acompanha o processo pessoal, desenvolvendo no ser-humano a auto-percepção, a autonomia e a responsabilidade sobre sua saúde e existência, mas as metodologias são diferentes e singulares. A Bioenergética procura por meio de exercícios e outras intervenções encontrar os bloqueios físicos-emocionais para serem expressos, e retomar a motilidade e a mobilidade do ser humano, fazendo com que a energia flua dentro do corpo. Já a Psicologia Formativa procura pelo esforço cortical-muscular voluntário modular a musculatura (com intensidades diferentes) criando e percebendo padrões de comportamentos distintos em que a pessoa se auto-influencia (ao nível cortical).

A escolha teórica pela Psicologia Formativa, para este trabalho, deve-se aos aspectos comuns que indicam a importância do campo social na formação da neurose, da morbidade e dos sintomas e, na formação da anatomia de uma pessoa, indicativo de sua história e existência, entendendo que é pela emoção que se dá o movimento do ser-humano em direção ao mundo.

A Bioenergética segue os princípios reichianos, mas inova a prática, que conseqüentemente acrescenta novidades na teoria. Lowen (1982, 1985) criou exercícios que, agindo sobre a tensão no corpo, pudessem mobilizar regiões enrijecidas e delas liberassem a energia usada no enrijecimento. Cada enrijecimento deste foi provocado por uma repressão, e moldada pelo ego (no mecanismo de defesa) para dar conta de um conflito (entre pulsão e proibição) e dos sentimentos advindos deste, como a angústia, o desespero, o medo, a raiva, etc. Geralmente, quando se mobilizam as tensões crônicas no corpo, alguma imagem ou sentimento é provocado. Cabe ao analista bioenergético investigar o paciente, seja perguntando, fazendo leituras corporais ou, percebendo a expressão vocal durante o exercício.

Mas, a grande contribuição de Lowen (1985) foi criar estes exercícios como meios de análise e de intervenção, tanto para a reabilitação da saúde emocional, mental e física quanto para a prevenção de doenças e promoção de saúde (por meio de *insights* e a integração ao ego da experiência vivenciada pela técnica). Ao senso comum, o corpo é visto como um invólucro desconhecido. Para Lowen (1982), a prática da bioenergética é uma longa (e eterna) viagem de auto-descoberta, que não está livre de dores e tropeços, mas que se segue num caminho de conhecimento emocional, crescimento e saúde. Depois da ajuda do profissional, a pessoa pode seguir fazendo exercícios como uma rotina regular em casa. Mas para isto é preciso ter familiaridade com a técnica e seus princípios, ou seja, é preciso acumular experiências nesta viagem pessoal e ter um senso sólido de si mesmo.

A Bioenergética também inclui procedimentos manipulatórios (LOWEN & LOWEN, 1985) e procura relaxar tensões corpóreas. Segundo Lowen (1982), estas tensões são obstáculos para a capacidade de se entregar aos sentimentos e sensações e de permitir que o reflexo do orgasmo se desenvolva. Lowen (1982), apesar de seguir este princípio do reflexo do orgasmo de Reich (1992), não o enfatizou de maneira basal. Ele procurou um trabalho consistente através de variados problemas dos indivíduos para assegurar o seu funcionamento ótimo, integrando o ego ao corpo na busca de prazer e também, de realização sexual.

A Bioenergética trabalha com carga e descarga de energia no corpo, “[...] de maneira que se eleva o nível de energia no corpo para liberar a sua auto-expressão e restaurar o fluxo de sentimentos do seu corpo” (LOWEN,

1982, p. 44). O aumento de carga tem que estar coerente com as possibilidades de descarga no paciente. Este equilíbrio é importante, para que este consiga manter certo nível energético (LOWEN, 1982). Ou seja, intervir no corpo do trabalhador para alcançar o equilíbrio energético faz com que expresse a emoção e a energia retida nos músculos e, que aja sobre a tonicidade do corpo permitindo a restauração de sua saúde emocional, psíquica e corporal.

Assim, segundo Volpi e Volpi (2003, p. 27), “[...] Lowen anunciou como objetivos da psicoterapia, a autopercepção, a auto-expressão e a autopossessão, ou em outras palavras, a estruturação de um ego saudável”. Estando o trabalhador de posse de uma boa funcionalidade egóica diante dessas características, ele consegue estar mais apto para enfrentar as situações de estresse laboral e da vida como um todo.

A respiração é crucial. Para Volpi e Volpi (2003, p. 15),

Acreditando que um corpo restrito nesta função tão primordial perde sua vivacidade, sua possibilidade de se expressar, é grande a atenção da Bioenergética à superação de bloqueios da onda respiratória.

Respirar profunda e plenamente aumenta o nível de energia no corpo. Mas, na neurose, a respiração se encontra limitada, e o psicoterapeuta deve ajudar a pessoa para que a respiração flua livremente. Por meio dela, pode-se ver alguma dissociação ou falta de unidade no corpo.

Na medida em que a respiração do indivíduo se torna mais ativa, seu nível de energia aumenta. Quando a pessoa está recarregada, deverá ocorrer nas suas pernas um leve e involuntário tremor ou vibração. Isso se interpreta como um sinal de que existe uma corrente ou excitação no corpo, especificamente na parte inferior. A sua voz deverá se tornar mais ressoante [...] a face também deverá se tornar mais viva. [...] Na realidade, ele foi suspenso temporariamente de seu estado depressivo. (LOWEN, 1982, p. 42).

Mas, segundo Lowen (1982), o aumento de energia no corpo não pode ser alcançado somente com a respiração. É preciso que os caminhos para a auto-expressão estejam igualmente desobstruídos, através dos movimentos, da fala, dos olhos, da ação expressiva com os membros superiores e inferiores, para que permita uma maior descarga de energia.

Assim, outro aspecto importante para a terapia bioenergética é a expressão. Esta pode ser fruto de uma dor física e emocional ou de sensações de prazer e alegria, ou de medo e pânico, ou de raiva e descontentamento. Ela

se manifesta por meio da fala, do grito, do choro. Para Lowen (1982), o grito é como uma explosão dentro da pessoa, cedendo, naquele momento, à rigidez das tensões musculares crônicas invalidando a defesa do ego. O choro produz resultados semelhantes, mas com uma qualidade suave. A liberação da raiva também é positiva quando está sob o controle da terapia. O medo é mais difícil de evocar, mas é importante ser eliciado. Se o pânico e o terror não forem elucidados, a raiva e a tristeza terão dificuldades de serem expressas contactadas com seus sentimentos genuínos, como as dores emocionais. Assim, enquanto o paciente não enfrentar seu medo, a expressão destes sentimentos (raiva e tristeza) pouco terá mudado a sua personalidade. Como apresentado por Reich (1992), as defesas são postas umas sobre as outras como “camadas (cascas) de cebola”. Cada defesa corresponde a uma pulsão voltada para si (emoção bloqueada e energia retida). Cada defesa desarmada libera a energia e a emoção. O amor, a alegria e o prazer compõem o cerne saudável de todo ser humano. Assim, é importante para o trabalhador que os sentimentos reprimidos possam, no espaço terapêutico de um analista bioenergético, exprimir-se.

Mas, um ponto é muito importante e essencial para um trabalho efetivo: estas atividades, exercícios e sentimentos, devem ser expressões verdadeiras, ou sejam, não devem ser mecânicas e nem atuações. Assim, uma boa percepção sobre o corpo, e a experiência de contato com manifestações naturais, desvenda a expressão.

Uma pessoa se expressa em ações e movimentos e, quando sua auto-expressão é livre e apropriada à situação, experimentará uma sensação de satisfação e prazer produzida pela descarga da energia. Esse prazer e satisfação, por sua vez, estimulam o organismo a aumentar a sua atividade metabólica, que imediatamente reflete em sua respiração mais profunda e plena. No estado de satisfação, as atividades rítmicas e involuntárias da vida funcionam no seu nível ótimo (LOWEN, 1982, p. 43).

Para passar por esta viagem de sensações e sentimentos, dolorosos e prazerosos, que contam a história emocional da vida de um indivíduo, um dos princípios é se entregar, render-se às sensações. Para se chegar a ter um novo potencial na vida, no campo social, produtivo e amoroso, é preciso revivê-las e passar pela experiência que muitas vezes se assemelhará com o desconhecido (o potencial orgástico ou a angústia orgástica), ou com a própria experiência de auto-percepção (de si e de seu contexto social), com todas as suas fantasias e

ilusões defensivas. Para Lowen (1982, p. 176), “[...] todo paciente que principia deixar as ilusões de lado e que começa a voltar para o confronto com a realidade passará pela ansiedade de cair, em intensidades variáveis”. Para Lowen (1982), o medo de cair para o caráter oral vem seguido com a ansiedade de ficar só. Para o caráter rígido, cair é perder o orgulho. Estes são só alguns exemplos.

Dentre as camadas existentes no ser humano: 1 – egóica e psíquica; 2 – muscular; 3 – emocional; 4 – cerne biológico (amor), para Lowen (1982), a essência é chegar até o coração, esta quarta camada, na qual são sentidas as manifestações das atividades de amar e ser amado. Chegar a esta camada é responder genuinamente no trabalho, no social, no amoroso, tendo como base o sentimento e a razão isentos de emoções reprimidas. Para chegar aqui, como vimos, existem defesas sobrepostas sobre outras. Lowen (1982) faz uma discussão sobre a ação nestas camadas citadas acima e conclui que apenas através da camada de tensões musculares é que se pode conseguir uma ligação direta entre as outras camadas. Assim, a leitura sobre as resistências e defesas do paciente é essencial.

Ainda, são requisitos para um terapeuta bioenergético, segundo Lowen (1982), estar treinado para utilizar suas mãos com o objetivo de sentir espasmos ou bloqueios musculares; ter passado pelos exercícios, e estar familiarizado com eles, para poder aplicar ou sugerir, ou seja, que tenha feito a sua viagem pessoal com um nível suficiente de experiência, e assim estar conectado à realidade e estabelecer contato com o paciente de forma que o apóie e lhe forneça calor humano. Então, o terapeuta e o paciente têm que estar num processo empático (identificar-se), para que se apreenda a expressão corporal da outra pessoa, para entender o seu significado e o sentido. Muitas vezes, o terapeuta assume a postura corporal e atitude do paciente para poder captar o sentido que aquela expressão quer dizer.

Para Lowen (1982, p. 101) as mudanças ocorridas serão aquelas que serão condicionadas pelas mudanças nas funções corporais como “respiração mais profunda, motilidade acentuada, expressividade mais solta e mais integral”, cujo objetivo é a capacidade de se entregar aos movimentos espontâneos e involuntários do corpo

São muitos os exercícios bioenergéticos. Para isto, há bastante experiência e literatura sobre eles. Os exercícios de respiração podem ser

facilitados pela cadeirinha de respirar (*stool*). Todos são importantes e muitos são fundamentais. Um é bem especial é conhecido como *grounding*.

Segundo Weigand (2006, p. 44), Lowen define *grounding* como “[...] um processo energético em que um fluxo de excitação percorre o corpo, da cabeça aos pés”. Lowen “criou as posturas de pé para promover vibrações, com o objetivo de liberar tensões crônicas”. (WEIGAND, 2006, p. 44). Estas vibrações são a própria manifestação da energia, da onda excitatória, encontrando com os pontos de tensão no corpo. Na postura de *grounding* “[...] as vibrações aumentam as ondas respiratórias e a excitação geral do organismo. O fluxo energético pulsa movendo-se pendularmente dos pés até a cabeça”. (WEIGAND, 2006, p. 44). “A postura mobiliza principalmente a musculatura esquelética e promove o alinhamento dos segmentos do corpo” (WEIGAND, 2006, p. 44). As vibrações agem sobre os pontos de tensão, mobilizando-os e dando uma solução de relaxamento (agradável e relaxado) no corpo, assim como uma sensação de leveza, de descarga energética e homeostase, olhos brilhando (com mais contato com a realidade), cabeça, rosto, boca e os demais segmentos de couraça mais relaxados, respiração mais profunda e emoções mais presentes (VOLPI & VOLPI, 2003).

A partir dele [*grounding*], muitos outros movimentos podem espontaneamente nascer, e para isso, será necessária toda a abertura possível por parte do terapeuta e do psicoterapeuta, que deverá ele próprio ser muito flexível em sua interação com o exercício. (VOLPI & VOLPI, 2003, p. 134).

Segundo Lowen (1982), o arco é outra posição (exercício) fundamental de tensão e a sua curvatura aponta para um perfeito equilíbrio. Após as vibrações, há a percepção de uma total integração e conexão com o meio.

Para entender este processo que ocorre no corpo (a relação vibração e saúde, dor e prazer), a recomendação é experimentar e ter alguma experiência com a prática do exercício, pois a sensação de integração e de estar com os sentidos mais aptos é imediata. O trabalhador poderá usar os exercícios bioenergéticos como ferramentas para a sua saúde, e com autonomia, sem a presença de uma autoridade médica. Claro, que é preciso antes de tudo, treino. Estes exercícios podem ser usados de forma específica ou geral. Os específicos se referem aos segmentos do corpo encouraçado (por exemplo, olhos extremamente tensos, relativo ao primeiro segmento) e existem exercícios para todos os sete segmentos funcionais do corpo, como por

exemplo: a pessoa deitada num colchão com as pernas flexionadas e pés plantados sobre o colchão, vai bater os braços no colchão e dizer “EU”. Geralmente este exercício mobiliza sentimentos relacionados à auto-afirmação, mobilizando a região do quarto segmento de couraça, o torácico. Os gerais mobilizam diretamente todo o corpo (um exemplo é o *grounding*).

As dificuldades que se pode encontrar no processo de trabalho na fábrica são decorrentes da própria neurose. Volpi e Volpi (2003, p.105) apontam que no caráter masoquista, “[...] a expansão prazerosa está bloqueada e o relaxamento que pode – e deve – seguir-se a todo esforço não é alcançado”, e que uma “(pseudo)descarga” desta pessoa dá lugar a um círculo vicioso de insatisfação e fracasso. Segundo Volpi e Volpi (2003, p. 105) “Lowen considera o masoquismo como um dos problemas mais severos na área clínica”. Mais dois detalhes apontados por Lowen (1982) são: a leitura corporal pode ser dificultada pelas atitudes corporais compensatórias; e, “[...] as pessoas desenvolvem defesas em relação à busca do prazer, visto que este está associado à causa de severas ansiedades no passado.” (LOWEN, 1982, p. 119).

“Fazer exercícios em grupo dá sempre mais prazer e, desta forma, fica mais fácil fazê-los do que sozinho” (LOWEN & LOWEN *apud* WEIGAND, 2006, p. 75). Para Volpi e Volpi (2003, p. 131), a Bioenergética “[...] passou a ser um rico instrumento para o trabalho em grupo, no qual a Análise do Caráter pode ou não estar presente”. Ou seja, não é necessária a análise individual e intensiva da personalidade do componente do grupo, neste caso, o trabalhador, como se faz numa psicoterapia individual. E, sim, promover insights conjuntos (analista bioenergético e trabalhador) à medida que se pratica os exercícios e que se percebe a relação causal entre a doença e o estresse, tendo como objetivo principal a prevenção à saúde, a recuperação da saúde e, a criação de mecanismos de defesas mais eficientes frente aos estressores. Um trabalho na fábrica só se sustenta se for feito em grupo. A explicação disto é que se gastará muita energia, por parte do terapeuta, em trabalhar individualmente, devido ao grande número de trabalhadores e, a resposta do terapeuta ao capitalista (cliente) será ineficaz. Para Weigand (2006), o trabalho prazeroso é mais eficiente e eficaz, “A rede grupal oferece suporte social, trocas afetivas, cuidados mútuos, comunicação aberta e solidária. [...] O suporte social é sobretudo, um suporte afetivo” (WEIGAND, 2006, p. 79).

Outra razão de se trabalhar em grupo, é que o modo coletivo reduz a ansiedade do trabalhador, principalmente em frente a uma figura médica, do terapeuta. A humildade do trabalhador pode se manifestar como resistência frente ao terapeuta, que, supostamente é “dono do conhecimento”. O inverso vale também, se o terapeuta acreditar que está trazendo um conhecimento para trabalhadores que são “despossuídos” de conhecimento. Desta forma, monta-se uma dificuldade vincular (resistência). Para isto, é necessário a troca de conhecimentos entre trabalhador e terapeuta, além de aproximar sua linguagem. É preciso estar bem e criar boas condições para se construir o vínculo.



6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Para concluir este estudo, segue um depoimento de um trabalhador:

Eu sentia completamente esgotado. Esgotamento físico e ficava assim: sistema nervoso, não comia quase, perdia o apetite, dormia pouco, não tinha sono completo. Ficava irritado dentro de mim mesmo, não jogava pra fora não! Pra dizer a verdade ficava nervoso mas agüentava tudo, não descarregava com ninguém! (pedreiro refratário aposentado *apud* SELIGMANN-SILVA, 1990, p. 236).

Analisando este discurso, percebe-se que o esgotamento é no corpo todo do trabalhador, de forma não-específica (e confirma a hipótese deste estudo), sua irritação dá-se diante de uma situação que ele não consegue resolver, e que provavelmente não tem nem consciência. Ele sabe que não pode descarregar sua raiva em quem não é a causa dela (é provável que, intuitivamente, tenha noção da fonte de estresse). “Agüentava tudo” parece indicar que seu grau de estresse já vêm de algum tempo e envolve muitos fatores que se acumulam. Ele não sabe como lidar com isto, não sabe a quem recorrer e o que expressar. Está preso a uma situação.

Assim, o trabalho com a Bioenergética permitirá mobilizar seu corpo para descarregar a tensão excedente e a emoção retida na couraça, permitindo entrar em contato com seu corpo, ganhando em motilidade e flexibilidade, e com o meio externo, fazendo perceber o causador desta agressão. Tendo consciência disto, o trabalhador se percebe em meio ao mundo, podendo criar mecanismos de defesa mais propícios para conseguir realizar as tarefas, podendo assim assumir uma postura mais ativa e crítica perante o mundo. Com os resultados, que podem aparecer logo no primeiro exercício, o trabalhador buscará mais e mais saúde, podendo chegar num bom nível de controle sobre sua saúde, que segue junto com um bom nível de percepção sobre si. Os resultados já foram citados aqui: maior contato com a realidade (olhos relaxados), melhor sono, corpo livre da rigidez crônica, maior sensação de paz (relaxamento geral), maior resposta para a atividade (mobilização de sua agressividade), maior controle sobre si, maior possibilidade de expressão emocional (amor, tristeza, choro, raiva, medo), ação sobre tensões específicas, etc.

Estes exercícios requerem ir ao cerne de seu coração (percepção profunda de si), para estar apto a captar com mais nitidez o meio externo. É diferente de um exercício de alongamento muscular e mecânico. Este a pessoa

percebe somente que estendeu o músculo, dando uma sensação de juntas mais soltas e uma sensação de bem estar. Na Bioenergética, o compromisso é se perceber, emocionalmente, enraizado em sua condição (existencial). Tudo o que se faz, passa pelo crivo da consciência emotiva. A expressão de dor e de prazer passa pelo autoconhecimento e a possibilidade de entrar no desconhecido.

Parece que não restam dúvidas quanto ao papel da emoção na saúde e na doença (psíquica e somática), e o seu entendimento é fundamental para a ação terapêutica. Analisando autores que estudam o tema saúde mental do trabalhador, percebe-se que o campo emocional não aparece em suas análises. Estas ficam restritas a evidências fisiológicas e psíquicas associadas, ao que parece, às frequências estatísticas (estudos sociais). Seligmann-Silva (1990, p. 226), pergunta se “[...] existe um conhecimento científico suficiente sobre a dinâmica subjetiva pela qual as experiências da vida laboral influem na mente humana, determinando ou participando no surgimento do sofrimento químico?”. Parece que a autora procura encontrar a relação entre mente e químico (biológico), por meio do subjetivo (psíquico), e demonstra que a relação não foi constituída.

Vê-se que nas pesquisas em Psicopatologia do Trabalho, as tentativas de integrar e não cair no reducionismo tornam os estudos bastante complexos, mas não trazem uma resposta satisfatória que encontre o nexos causal das condições de trabalho e sofrimento humano.

Analisando outra pergunta de Seligmann-Silva (1990, p. 226): “[...] existe uma metodologia de pesquisa científica suficiente para desvendar estes dinamismos sem uma participação em que o desejo e a sinceridade dos trabalhadores estejam presentes?”. Para este estudo, o *insight* principal é justamente o contrário, pois há que se olhar para o desejo e os investimentos afetivos para entender o processo de adoecimento individual daquele trabalhador.

“A olhos nus”, sem a lente da ciência, fica evidente o nexos causal entre trabalho e sofrimento: “Codo e Jaques (2002) enfatizam a obviedade com que o trabalho pode ser responsável pelo sofrimento psíquico, salientando a observação do sofrimento no rosto, no andar, no olhar, nas marcas do corpo de diversos trabalhadores” (WEBER, 2009, p. 105). Assim, o que parece é que a ciência tem de romper com este dualismo cartesiano (mente e corpo). Poucos

tentaram fazer. Reich (1992, 1995) conseguiu avançar muito sobre esta integração. Ele deu a sua vida, sendo um homem de pesquisa, de ciência. Infelizmente, a sociedade daquele tempo parece ter reagido contra sua teoria da sexualidade e sua ligação com o projeto socialista, época de efervescência nazista. Desta maneira, criou-se um cerco sobre as idéias reichianas, mas que, felizmente, não deteve o movimento.

Conhecendo a biografia de Lowen, parece que ele acreditou na possibilidade da própria pessoa conquistar a autonomia frente a um trabalho psicoterapêutico, após algum tempo de psicoterapia, buscando se exercitar em casa (e expressar a emoção reprimida) em prol de um melhor nível de saúde. Por experiência do próprio Lowen (1982), ele se exercitava diariamente, experimentando e criando muitas possibilidades de exercícios, adquirindo uma ótima saúde (bio-psíquica-emocional). Em maior ou menor grau, este estudo aposta na autonomia do trabalhador como responsável pela sua saúde, intervindo em seu corpo e ajudando colegas e familiares a encontrar com sua saúde.

Desta maneira, a Bioenergética tem muito a acrescentar como abordagem de intervenção na fábrica, em todos os níveis de trabalhadores, pois ela intervém na situação de tensão no corpo do trabalhador, dando uma resposta imediata, de curto prazo e, de maior interesse a ele, que é a sua saúde. A Psicologia Social, que tem estudo acumulado sobre o tema, e luta por condições mais dignas de trabalho, o faz pela mediação do social. Vê-se que as abordagens parecem complementar-se, pois esta se dá em médio e longo prazo, como numa queda de braço com o capitalista. Para o trabalhador estar mais empenhado na busca de seus direitos e lutar por sua vida, é preciso estar com sua saúde em bom nível, o que pode ser conseguido pela Bioenergética.

Então, somente unir a subjetividade e a identidade do trabalhador com o seu trabalho (práxis da Psicologia Social), sem buscar esforços para elevar a sua saúde e disposição, parece ser irrisório diante da agressão premente na fábrica.

Por isso, não é psicoterapia que se fará na fábrica, e sim uma intervenção que pode começar terapeuticamente, para conhecimento dos princípios dos exercícios, e depois, vir a ser um trabalho preventivo. Enfim, a maneira de fazer é própria de cada profissional. Mas, os efeitos positivos imediatos servirão como feedbacks para a continuação da tarefa e para a

busca por um organismo saudável e vibrante. Outro ponto, é que estas técnicas que envolvem o contato interior são de fácil aprendizagem, inclusive não havendo a necessidade de estudos e da escrita. Faz-se a passagem do conhecimento pela empatia e pela experimentação corporal, pois este recurso se torna mais fácil de se utilizar, mais concreto (pois sente-se os efeitos no corpo) e eficiente do que muitas idéias abstratas ou complexas.

E esta luta se expande a todos os trabalhadores. Hoje, o sistema de proteção do SUS ao trabalhador é muito falho. Sabe-se que mexer com a saúde do trabalhador é mexer com a estrutura capitalista. Travar esta batalha requer abandonar nosso ímpeto individualista para assumir o coletivo, requer transformar o processo produtivo e suas relações. Mexer com isto é mexer com os direitos, com a ética e com a economia.

A violência dos dias atuais está bastante banalizada. Isto se reflete na psique humana, como em indivíduos sem utopias, resignados e limitados, expressos no conformismo e no individualismo. Diante disto, as pessoas são engrenagens de um grande sistema, em que não pensam além, não se mobilizam mais além, somente fazendo aquilo que repercute em seu pequeno círculo. São muitas as obrigações, a batalha (individual) é diária. Há uma condição de paralisia na capacidade do ser humano de se empatizar, de se sensibilizar, e ele se recolhe. Confunde-se a expressão de alegria (satisfação orgástica) com a ilusão de uma pequena experiência transcendente e o contato com o mundo se torna um limitado contato ou um contato narcísico. Assim, tem-se pouco potencial para a vida comparado à capacidade humana.

Desta maneira, o trabalhador de chão de fábrica, visto como peça descartável do sistema, precisa urgentemente da ajuda do Poder Público. Este deverá intervir na Fábrica e exigir, no mínimo, condições melhores ao trabalhador, iguais aos dos países de primeiro mundo.

É preciso recuperar a capacidade do ser humano de se expressar, de estar diante do mundo, percebendo a fluidez do campo orgonótico, com todas as dores e prazeres; unir-se em movimentos sociais, buscar no ideal a interligação com os diversos movimentos. Agir coletivamente. É difícil, mas tem-se a vida toda para isto, e seu processo já é o fruto de uma vida mais plena.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- BOADELLA, D. **Nos caminhos de Reich**. São Paulo: Summus, 1985.
- BRASIL. **Constituição da República Federativa do Brasil**. Brasília: Senado Federal, 1988.
- BRASIL. **Lei nº 8.080, de 19 de setembro de 1990**. Disponível em: <<http://www.planalto.gov.br/ccivil/leis/L8080.htm>>. Acesso em: 21.01.2010.
- BRASIL. **Portaria no 399/GM, de 22 de fevereiro de 2006**. Disponível em <<http://www.saude.rs.gov.br/wsa/portal/index.jsp?menu=serviços&cód=3082>>. Acesso em: 21.01.2010.
- DADOUN, R. **Cem Flores para Wilhelm Reich**. São Paulo: Moraes, 1991.
- FREUD, S. Três Ensaios sobre a Sexualidade. **Obras Psicológicas Completas de Sigmund Freud**. Vol. VII. Rio de Janeiro: Imago, 1989.
- LOWEN, A. **Bioenergética**. São Paulo: Summus, 1982.
- LOWEN, A & LOWEN, L. **Exercícios de Bioenergética: o caminho para uma saúde vibrante**. São Paulo: Ágora, 1985.
- KELEMAN, S. **Anatomia Emocional**. São Paulo: Summus, 1992.
- MAXIMIANO, A. C. A. **Teoria Geral da Administração: da escola científica à economia globalizada**. 2ª ed. São Paulo: Atlas, 2000.
- MENDES, R. & DIAS, E. C. Da Medicina do Trabalho à Saúde do Trabalhador. **Revista Saúde Pública**, São Paulo, nº 25: p. 341-349, 1991.
- MINISTÉRIO DA SAÚDE, **Rede Nacional de Saúde do Trabalhador**, <<http://www.cntsscut.org.br/download/conferencia/cnts2.pdf>>. Acesso em: 21.01.2010.
- NAVARRO, F. **A Somatopsicodinâmica**. São Paulo: Summus, 1995a.
- NAVARRO, F. **Caracterologia Pós-Reichiana**. São Paulo: Summus, 1995b.
- NAVARRO, V. L. & PADILHA, V. Dilemas do Trabalho no Capitalismo Contemporâneo. **Revista Psicologia & Sociedade**, São Paulo, nº 19: p.14-20, 2007.
- REICH, W. **Materialismo Dialético e Psicanálise**. 3ª ed. Lisboa: Presença, 1977.
- REICH, W. **A Função do Orgasmo**. 17ª ed. São Paulo: Brasiliense, 1992.
- REICH, W. **Análise do Caráter**. 2ª ed. São Paulo: Martins Fontes, 1995.

SHULTZ, D. P. & SHULTZ, S. E. **História da Psicologia Moderna**, 11ª ed. São Paulo: Cultrix, 1999.

SILVA, M. C. Crise Social e Cultura em Transição. In: ANGERAMI, V. A.; STEINER, H.; SILVA, M. C.(org.) **Crise Econômica, Trabalho e Saúde Mental**. São Paulo: Traço, 1986, p. 9-53.

SELIGMANN-SILVA, E. Crise Econômica, Trabalho e Saúde Mental. In: ANGERAMI, V. A.; STEINER, H.; SILVA, M. C. **Crise Econômica, Trabalho e Saúde Mental**. São Paulo: Traço, 1986, p. 54-73.

SELIGMANN-SILVA, E. Saúde mental e trabalho. In: TUNDIS, S.A.; COSTA, N.R. (Org.). **Cidadania e Loucura no Brasil** – políticas de saúde mental no Brasil. 2ª ed. Petrópolis: Vozes, 1990. p. 217-288.

SECRETARIA MUNICIPAL DE SAÚDE DE PORTO ALEGRE. **Trabalho Impresso**. Porto Alegre: Estrela Gráfica, nº 1, março/abril, 2008a.

SECRETARIA MUNICIPAL DE SAÚDE DE PORTO ALEGRE. **Trabalho Impresso**. Porto Alegre: Estrela Gráfica, nº 2, junho/julho, 2008b.

STOLKINER, J. O Pensamento Funcional. **Revista da Sociedade Wilhelm Reich/RS**. Porto Alegre, nº 4: SWR/RS, 2000.

TROTTA, E. **Psicossomática Reichiana e a Metodologia da Orgonoterapia**. Rio de Janeiro: [s.n.], 1993.

TROTTA, E. Metodologia da Orgonoterapia. **Revista da Sociedade Wilhelm Reich/RS**. Porto Alegre, nº 3: SWR/RS, 1999.

VOLPI, J. H e VOLPI, S. M. **Reich: A Análise Bioenergética**. Curitiba: Centro Reichiano, 2003

WEBER, H. Saúde Mental do Trabalhador: A Bioenergética como Proposta de Intervenção e o Debate com a Psicologia Social. In: VOLPI, J. H. e VOLPI, S. M. (Org.) **Psicologia Corporal**. Curitiba, nº 10: Centro Reichiano, 2009, p. 104-113.

WEIGAND, O. **Grounding e Autonomia: a terapia corporal bioenergética revisitada**. São Paulo: Edições e Produções Person, 2006.