



**XVIII ENCONTRO NACIONAL DE ENGENHARIA E DESENVOLVIMENTO SOCIAL**

Crise e Transição: Engenheirando Alternativas

**30 de Outubro a 01 de novembro de 2023**

**Belo Horizonte - MG, Brasil**

# **A Sociedade do Cansaço: o papel da lógica dominante na imobilização do ensino em Engenharia**

**Maria Eduarda Faversoni Furtado, UFSC, dudaffurtado@gmail.com**

**Thiales Barbosa Madalena, UFSC, dthialesh@hotmail.com**

**Ruham Victor de Souza Jacy, UFSC, Sruham@gmail.com**

## **ARTIGO TÉCNICO-CIENTÍFICO**

### **EIXO TEMÁTICO: 6. UNIVERSIDADE, FORMAÇÃO NA ENGENHARIA E EDUCAÇÃO**

#### **RESUMO**

O presente artigo busca levantar e avaliar de forma qualitativa fatores que caracterizam a sociedade do cansaço e seus efeitos dentro da sociedade e como isso reverbera no ensino de Engenharia. É feito um compilado de documentos publicados ao longo dos anos com a intenção de entender pelo contexto histórico o modelo de trabalho presente hoje na sociedade assim como as interações entre as pessoas que a compõem. Busca-se também entender como a tecnologia está interferindo na saúde das pessoas sendo um grande vetor do aumento do índice de ocorrência de doenças neuronais ou psicopatologias entre jovens e adultos. Por fim, explora-se como esse contexto contribui para o afastamento da sua própria discussão dentro do ensino de Engenharia, através da crítica à lógica dominante de ensino reacionário, preparando os futuros engenheiros para um trabalho puramente técnico e imobilizado, atendendo aos interesses neoliberais.

**PALAVRAS-CHAVE:** Ensino em Engenharia. Sociedade do cansaço. Doenças neuronais. Psicopatologias. Desmobilização.



## XVIII ENCONTRO NACIONAL DE ENGENHARIA E DESENVOLVIMENTO SOCIAL

Crise e Transição: Engenheirando Alternativas

30 de Outubro a 01 de novembro de 2023

Belo Horizonte - MG, Brasil

### INTRODUÇÃO

As problemáticas de caráter social ou “menos técnicos”, do ponto de vista das ciências exatas, tendem a ser ignoradas nos centros de ensino tecnológico. Ainda que exista uma argumentação razoável pautada nos interesses particulares do perfil dos alunos de Engenharia, é importante não individualizar a responsabilidade sobre essa negligência. É preciso ampliar o escopo e olhar para essa problemática a partir de um ponto de vista coletivo, contextualizado pelas vertentes de pensamento do mundo atual.

Para discutir a temática e entender onde se encontram as raízes do problema, este trabalho debruçou-se sobre o livro “Sociedade do Cansaço” (2015), do autor sul-coreano Byung-Chul Han, bem como de outros pensadores que alicerçam, sob diferentes perspectivas de áreas de atuação, as ideias de Han - sejam eles Paulo Freire, em *Pedagogia da Autonomia* (1996) e Milton Santos, em *Pobreza Urbana* (1978). Ainda, no intuito de fomentar a discussão em diálogo com o contexto atual, estudos recentes foram trazidos como forma de exemplificar e explorar alguns pilares do livro citado.

No livro *Sociedade do Cansaço*, Han (2015), afirma que uma das causas principais razões da piora generalizada na saúde mental das pessoas é o excesso de positividade, resultante da mudança de uma sociedade disciplinar para a atual sociedade de desempenho. Pode-se também relacionar o processo de mudança com a evolução do modelo de trabalho, dos meios de produção, que ao longo da história, de uma oposição à liberdade (castigo e punição divina) se transformou em uma característica positiva do indivíduo, uma construção identitária. Logo, ele observa que a infraestrutura do pensamento é econômica, e atende ao interesse dos grupos dominantes, sendo impossível desassociar as condições do pensamento dos meios de produção existentes.

O conceito de cansaço adotado neste trabalho se aproxima do conceito de má fadiga (Marc Lorient, 2000 apud Vieira e Russo, 2019) ou, ainda, da consequência de um



## XVIII ENCONTRO NACIONAL DE ENGENHARIA E DESENVOLVIMENTO SOCIAL

Crise e Transição: Engenheirando Alternativas

30 de Outubro a 01 de novembro de 2023

Belo Horizonte - MG, Brasil

estado de estresse. A má fadiga se desenvolve pelo esforço intelectual e/ou pela vida urbana e tem caráter crônico, não desaparecendo com o repouso. “Esse conceito exprime a ideia da fatalidade de uma coerção contra a qual se pensa não haver a possibilidade de se revoltar ou agir” (VIEIRA e RUSSO, 2019).

O estresse, por sua vez, é um conceito mais amplo e utilizado em diferentes áreas, tendo origem nas engenharias, tendo sido adotado pela biologia e, posteriormente, pela psicologia. Vieira e Russo (2019) discorrem:

Note-se que, nessa passagem da engenharia à biologia (e posteriormente à psicologia), a metáfora mecanicista não é jamais abandonada. É exemplar, nesse sentido, o modo como a Encyclopaedia of Occupational Health and Safety (LEVI, 2012) apresenta o tema. O texto parte justamente do significado de estresse “na linguagem da engenharia” - como uma “força que deforma os corpos” -, para em seguida transpor essa ideia para o campo da biologia e definir o estresse como um “processo corporal de adaptação” aos estímulos (nomeados como agressões, ameaças, ou simplesmente mudanças) externos.

Assim, o cansaço configura o estado resultante de um indivíduo sob esses estímulos.

Com isso, o objetivo deste trabalho é discutir como se sucede esse brusco afastamento entre os problemas do processo civilizatório e os da engenharia, tida como neutra, imparcial e pós-política. Para isso, o estudo está organizado com a seguinte estrutura: este capítulo de introdução contextualiza o estudo; o capítulo subsequente de metodologia classifica este trabalho e discorre sobre o levantamento bibliográfico feito acerca da percepção do trabalho e suas estruturas de poder nas diferentes sociedades ao longo do tempo. Partindo desse levantamento, o capítulo de desenvolvimento discute sobre a sociedade do desempenho de Han (2105) sob a ótica hodierna e com enfoque nos impactos aos e às estudantes de graduação em engenharia. Por fim, as considerações finais apontam como esse contexto se coloca sob a perspectiva da educação em Engenharia e como fomentar a crítica às problemáticas atuais nesse cenário.



## XVIII ENCONTRO NACIONAL DE ENGENHARIA E DESENVOLVIMENTO SOCIAL

Crise e Transição: Engenheirando Alternativas

30 de Outubro a 01 de novembro de 2023

Belo Horizonte - MG, Brasil

### METODOLOGIA

A fim de explorar as estruturas que sustentam a negligência direcionada às causas sociais dentro dos cursos de engenharia, este trabalho configura uma revisão bibliográfica do tipo revisão narrativa. Partindo de leituras como “Sociedade do Cansaço” (2015), do autor sul-coreano Byung-Chul Han, este trabalho tece uma discussão que se inicia nas formas de trabalho, perpassa pelas doenças neuronais apontadas pelo autor, e chega, por fim, à lógica mercadológica de ensino que se apresenta nos centros tecnológicos de ensino superior no Brasil, se apoiando, ainda, em obras como “Pedagogia da Autonomia” (1996), de Paulo Freire, e Pobreza Urbana (1978), de Milton Santos.

### A Evolução do Trabalho

Segundo Neves et al (2018), o sentido do trabalho é oriundo de uma historicidade e está diretamente atrelado ao modo de relacionar-se e compreender o mundo de cada sujeito.

Para os antigos pensadores gregos, como Aristóteles, o trabalho era uma oposição à liberdade, sendo o ócio um objetivo desejado, pois, somente no ócio havia espaço para o pensamento político/racional (RICCI, s.d.). A dignidade estava na capacidade de se dedicar ao pensamento e não a tarefas manuais. O trabalho servia apenas para servos, escravos e mulheres.

Na Idade Média, tinha-se a servidão como principal forma de trabalho, geralmente na agricultura. O trabalho possuía um referencial religioso, como castigo, sofrimento e penitência do homem.

No século XVI, com a Reforma Protestante, as definições eram opostas ao pensamento cristão predecessor e o trabalho passou a ser visto como uma ordem divina, vocação/ predestinação, um caminho para alcançar a dignidade moral, pois o trabalho dignifica o homem perante os céus. E a riqueza se torna sinônimo da



## XVIII ENCONTRO NACIONAL DE ENGENHARIA E DESENVOLVIMENTO SOCIAL

Crise e Transição: Engenheirando Alternativas

30 de Outubro a 01 de novembro de 2023

Belo Horizonte - MG, Brasil

satisfação de Deus contigo, e o ócio como um pecado. Isso permitiu acelerar o desenvolvimento do capitalismo.

Com o início da industrialização na Europa, no século XVIII, emergiu o capitalismo e o estado liberal, a valorização do capital e o individualismo. A relação de trabalho passou a ser por meio da subordinação, onde o empregado é submisso aos comandos do empregador. Há, então, uma grande exploração do trabalho com jornadas excessivas, condições precárias, e conseqüentemente baixa expectativa de vida.

Diante deste cenário, o trabalho deixa de hominizar e passa a alienar (Marx, 1983 apud Neves et al, 2018), requisitando do trabalhador uma dedicação extra sem limites (Antunes, 2000 apud Neves et al, 2018).

É sob esse prisma que os imbróglios do mundo do trabalho culminam na sociedade do cansaço (HAN, 2015).

### [A Sociedade do Desempenho de Byung-Chul Han](#)

Han (2015) propõe uma reflexão a respeito da ocupação de tempo em uma época em que as pessoas são tidas como multitarefas e onde surge uma autocobrança em excesso com o foco em resultados. Ele defende que as pessoas acabam não tendo tempo para refletir sobre questões sociais por estarem o tempo todo produzindo, e o seu tempo ocioso acaba sendo dedicado inteiramente para o descanso pois estão sempre exaustos.

Han (2015) traz ainda uma ideia de tédio contemplativo como algo necessário, onde o ser dedica seu tempo para refletir a respeito das coisas, e desta forma, sair do modo automático de viver.

Tópicos sociais, na maioria das vezes, passam alheios ao convívio da maioria das pessoas. Não por falta de empatia ou preocupação, e sim por uma falta de



## XVIII ENCONTRO NACIONAL DE ENGENHARIA E DESENVOLVIMENTO SOCIAL

Crise e Transição: Engenheirando Alternativas

30 de Outubro a 01 de novembro de 2023

Belo Horizonte - MG, Brasil

conhecimento da causa, como ilustrada neste trecho do livro “A Sociedade do Cansaço” de Han (2015) que faz referência a Friedrich Nietzsche.

Por falta de repouso, nossa civilização caminha para uma nova barbárie. Em nenhuma outra época os ativos, isto é, os inquietos, valeram tanto. Assim, pertence às correções necessárias a serem tomadas quanto ao caráter da humanidade fortalecer em grande medida o elemento contemplativo.

O trecho retrata a ideia de que quando o ser entra neste estado de tédio profundo, ele começa a refletir a respeito de tudo que o rodeia. Inevitavelmente passa a se incomodar com algumas questões específicas, essa inquietação por sua vez, é o que fomenta as discussões no âmbito social.

### As redes sociais na Sociedade do Desempenho

Com o surgimento de celulares com acesso à internet e a popularização das redes Wi-Fi, passa-se a perceber um crescimento e a popularização das redes sociais entre pessoas dos mais variados nichos. O uso dessas redes surge com a proposta de aproximar as pessoas que não se viam há tempos e baratear a comunicação entre elas tendo em vista que os serviços de telefonia podem ser considerados caros para a maioria da população, e principalmente para a brasileira onde estes serviços estão entre os mais caros do mundo.

Apesar de seus benefícios, as redes sociais trouxeram também problemas gravíssimos para os seus usuários. Quando uma pessoa recebe curtidas, comentários positivos ou gera engajamento em sua publicação, seu cérebro tem a liberação de dopamina, que é um neurotransmissor que é produzido quando se faz algo que resulta em uma recompensa. Pode ser tratado de forma análoga com a sensação de prazer ao se experimentar uma comida gostosa ou que tem uma memória afetiva atrelada a ela.



## XVIII ENCONTRO NACIONAL DE ENGENHARIA E DESENVOLVIMENTO SOCIAL

Crise e Transição: Engenheirando Alternativas

30 de Outubro a 01 de novembro de 2023

Belo Horizonte - MG, Brasil

Essa liberação constante de dopamina é o principal elemento causador do vício em redes sociais.

A participação das redes sociais na sociedade do cansaço (HAN, 2015) descrita anteriormente pode ser observada no comportamento comum entre seus usuários. Para poder gerar um bom engajamento, as pessoas por muitas vezes criam um personagem com uma vida invejável para aqueles que observam, ostentando festas, lugares, bens materiais e na maioria das vezes esse personagem não condiz com a vida real de seu criador. Cada vez que se entra em uma rede social uma pessoa passa a ser bombardeada por personagens como o descrito anteriormente, e isso gera uma pressão sobre si mesma para que melhore de vida financeiramente, na sua forma física e em vários outros aspectos.

A vivência em uma época em que a tecnologia é muito presente no cotidiano e se tem acesso ao mundo todo a apenas um toque na tela do seu celular. Isso faz com que hoje se tenha um fluxo muito grande de informações e um bombardeio de notificações, o que tem causado um transtorno que foi chamado de Síndrome da Fadiga Informativa (SFI), cujos principais sintomas são a insônia, o estresse, a ansiedade e até mesmo a perda de memória em alguns casos. Mas sem dúvida o mais presente é a perda do foco em suas atividades.

Essa falta de foco tem alterado todo o rumo da criação de conteúdo e como ela é consumida dentro da internet. Observa-se uma mudança no comportamento das pessoas com relação ao tempo que elas conseguem ficar focadas em uma única atividade, e alguns estudos indicam que a atenção que durava em média 18 minutos nos últimos anos foi reduzida para uma faixa entre 7 e 10 minutos.

Números expressivos foram observados pelas plataformas de mídia como o site Youtube, que por muito tempo ocupou a liderança entre as plataformas do segmento de vídeo, em vários países ao redor do mundo foi superada pelo TikTok uma plataforma com formato de vídeos muito mais curtos que o usual, mas que acaba por



## XVIII ENCONTRO NACIONAL DE ENGENHARIA E DESENVOLVIMENTO SOCIAL

Crise e Transição: Engenheirando Alternativas

30 de Outubro a 01 de novembro de 2023

Belo Horizonte - MG, Brasil

prender o espectador por mais tempo dentro da plataforma graças a seu algoritmo de indicação de vídeos.

Essa falta de foco junto à auto cobrança para se obter melhores resultados faz com que muitos estudantes acabem recorrendo ao uso de estimulantes cerebrais, que ajudam a aumentar o foco, sem a prescrição de um médico. Pessanha e Mota (2014) afirmaram que 60% dos acadêmicos pesquisados em seu estudo já utilizaram o metilfenidato, popularmente conhecido como Ritalina, durante a faculdade. Em geral são remédios desenvolvidos para o tratamento do Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH), que apesar de ser uma doença muito presente na sociedade do desempenho, acaba não sendo a realidade da maioria dos estudantes que fazem o uso do medicamento.

### A privação do sono e sua romantização na Sociedade do Desempenho

Outro movimento que tem ganhado força na atualidade, não só em estudantes de graduação, mas também na sociedade como um todo, é a cultura de romantizar a privação de sono. O sono é um processo fisiológico essencial que realiza a manutenção de vários mecanismos inerentes à homeostase humana (TONONI G e CIRELLI C, 2006). Sua privação acarreta alterações significativas no funcionamento físico, ocupacional, cognitivo e social do indivíduo, além de comprometer substancialmente a qualidade de vida (JANSEN JM, et al., 2007). O discurso que defende a privação de sono parte da ideia de que é uma perda de tempo dormir, principalmente porque uma pessoa passa em média 1/3 da sua vida dormindo.

### Produtividade e metas inalcançáveis na Sociedade do Desempenho

Olhando um pouco para o comportamento da sociedade durante a pandemia, pode-se observar uma onda de produtividade sendo exigida da população com a ideia de que o tempo ocioso que se ficaria em casa deveria ser utilizado para aprender



## XVIII ENCONTRO NACIONAL DE ENGENHARIA E DESENVOLVIMENTO SOCIAL

Crise e Transição: Engenheirando Alternativas

30 de Outubro a 01 de novembro de 2023

Belo Horizonte - MG, Brasil

coisas novas, fazer cursos online e desenvolver novas habilidades, mas a não realização dessas novas metas, dentre outros fatores, fez com que os índices de doenças neuronais disparassem durante o período de isolamento social. Segundo um estudo realizado pela Universidade Estadual do Rio de Janeiro, o número de pessoas diagnosticadas com depressão durante o ano de 2020 foi equivalente ao dobro do número de casos do ano anterior, além disso as ocorrências de ansiedade e estresse tiveram um aumento de 80% (BRASIL, 2020).

Essa onda de positivismo e cobrança por produtividade pode ser observada até mesmo no mundo do empreendedorismo, que em situações de crise exigem que o empreendedor olhe para a situação como uma oportunidade de atingir novas metas ainda maiores do que e acabam por sofrer de problemas como a Ansiedade, a Síndrome do Esgotamento Profissional (Burnout) e a Depressão, que por ser tão frequente no meio foi batizada de Depressão do Empreendedor (PETERS GABRIEL, 2021). Todos esses são problemas característicos da sociedade do cansaço.

### DESENVOLVIMENTO (RESULTADOS E DISCUSSÕES)

#### A Sociedade do Desempenho e o ensino de engenharia

Com tudo o que foi exposto, fica a pergunta: como vencer a lógica que se põe? De forma mais específica: como trazer essas discussões para a engenharia? A resposta aqui é que não existe receita pronta, mas para buscar alternativas é fundamental compreender os porquês de essa discussão indispensável ser sistematicamente dispensada no contexto dos cursos de engenharia.

Uma vez que na engenharia vigora o método empirista, onde de forma generalizada entende-se o professor como objeto detentor do saber, e o aluno como a



## XVIII ENCONTRO NACIONAL DE ENGENHARIA E DESENVOLVIMENTO SOCIAL

Crise e Transição: Engenheirando Alternativas

30 de Outubro a 01 de novembro de 2023

Belo Horizonte - MG, Brasil

tábula rasa da equação, impõe-se uma forma de pensar que valoriza os algoritmos das engenharias, os conhecimentos quantitativos, em detrimento dos qualitativos e do próprio mundo ao seu redor. Essa preponderância, de forma curiosa, tende a se apresentar como uma postura neutra. Sobre esse aspecto, o geógrafo brasileiro Milton Santos, na obra *Pobreza Urbana* (1978), diz:

É evidente que não se pode dispensar informações estatísticas, mas é preciso recusar a essas informações um valor próprio e suficiente. As estatísticas só expressam a realidade quando recolhidas através de uma teoria válida; estatísticas e teoria se complementam.

É justamente esse olhar míope para os dados e as estatísticas que se apresenta hoje na imensa maioria dos ensinamentos de ciências tecnológicas. Essa perspectiva é louvada e tida no imaginário coletivo dos atuantes da área como apolítica. Afinal, nesse mesmo imaginário, tudo o que é político parece estar aquém da ciência. Esta deve ser executada, ainda sob essa lógica, de forma totalmente alheia aos problemas que se colocam na atualidade, o que Paulo Freire, em *Pedagogia da Autonomia* (1996), refuta:

Creio que nunca precisou o professor progressista estar tão advertido quanto hoje em face da esperteza com que a ideologia dominante insinua a neutralidade da educação. Desse ponto de vista, que é reacionário, o espaço pedagógico, neutro por excelência, é aquele em que se treinam os alunos para práticas apolíticas, como se a maneira humana de estar no mundo fosse ou pudesse ser uma maneira neutra.

Ainda na mesma obra, Paulo Freire (1996) diz que “a educação é uma forma de intervenção no mundo”, enquanto Han (2015), em *Sociedade do Cansaço*, aponta: “Aparentemente, temos tudo; nos falta o essencial, a saber, o mundo”. Esse aparente distanciamento entre os trechos das duas obras é, na verdade, bastante coerente. É



## XVIII ENCONTRO NACIONAL DE ENGENHARIA E DESENVOLVIMENTO SOCIAL

Crise e Transição: Engenheirando Alternativas

30 de Outubro a 01 de novembro de 2023

Belo Horizonte - MG, Brasil

necessário se apropriar dessa percepção: por um lado, a análise sociológica de Han; e, por outro, da alternativa proposta por Paulo Freire. Faz-se imprescindível rumar a uma educação construtivista, onde não mais o professor é detentor do conhecimento e o resto do mundo isola-se fora das quatro paredes da sala de aula, mas o aluno também, com sua bagagem, ambos conscientes de serem seres inacabados (Paulo Freire, 1996), caminham rumo a uma prática não mais imobilizadora e ocultadora de verdades (Paulo Freire, 1996), mas sim pronta para entender e intervir no mundo, o qual é, em si, bagagem tanto de quem ensina quanto de quem aprende. Ainda, engenharia deve ser entendida como parte do mundo, e não alheia a ele.

### CONSIDERAÇÕES FINAIS

Sob esse prisma, é fundamental se engajar no questionamento e na ruptura da lógica neoliberal de autoexploração, amplamente explorada neste estudo.

É urgente aproximar a engenharia, que se apresenta em viés completamente mercadológico, a uma engenharia popular. Engenharia essa que se entenda enquanto detentora de conhecimentos fundamentais, mas não únicos e tampouco suficientes quando sozinhos, para a invertença no mundo e nas problemáticas do processo civilizatório.

Por fim, Han (2015) traz em sua obra algumas citações de Nietzsche em que o filósofo conceitua o “homem ativo” em *Humano, Demasiado Humano* (2000).

A infelicidade dos homens ativos é que sua atividade é quase sempre um pouco irracional. Não se pode perguntar ao banqueiro acumulador de dinheiro, por exemplo, pelo objetivo de sua atividade incessante: ela é irracional. [...]. “Aos ativos falta usualmente a atividade superior [...] e nesse sentido eles são preguiçosos. [...] Os ativos rolam como rola a pedra, segundo a estupidez da mecânica.



## XVIII ENCONTRO NACIONAL DE ENGENHARIA E DESENVOLVIMENTO SOCIAL

Crise e Transição: Engenheirando Alternativas

30 de Outubro a 01 de novembro de 2023

Belo Horizonte - MG, Brasil

Assim, apoiando-se em Nietzsche, reforça-se a urgência de que a engenharia hodierna dê espaço a uma outra, guiada não pelas atividades incessantes e irracionais de acumulação, mas sim pelas necessidades reais e coletivas.

### REFERÊNCIAS

HAN, Byung-Chul. Sociedade do Cansaço. Tradução de Enio Paulo Giachini. Petrópolis: Vozes, 2015

BÍBLIA. Bíblia Sagrada. Tradução da CNBB. 6ª Edição. São Paulo - SP: Editora Canção Nova, 2008.

BRASIL. Tele.Sintese – Portal de Telecomunicações, Internet e TICs. Preços de telefonia e internet no Brasil continuam entre os mais altos do mundo, diz UIT. Disponível em: <https://www.telesintese.com.br/custos-de-telefonia-e-internet-brasil-continuam-entre-os-mais-altos-mundo-diz-uit/>. Acesso em 11 de mar. de 2023.

BRASIL. Fundação Arnaldo Vieira de Carvalho – Faculdade de Ciências Médicas da Santa Casa de São Paulo. Infoxicação: mais um mal da modernidade [internet]. Disponível em: <https://santamemoria.org.br/infoxicacao-mais-um-mal-da-modernidade/>. Acesso em 11 de mar. de 2023.

BRASIL. Negócios da Comunicação. Alto consumo de vídeos curtos indica tendência para futuro. Disponível em: <https://portaldacomunicacao.com.br/2021/09/popularidade-do-tiktok-mostra-potencia-do-dos-videos-rapidos-e-dinamicos/>. Acesso em 11 de mar. de 2023.

PESSANHA, F.F.; MOTA, S.J. Prevalência do uso de metilfenidato por universitários de Campos dos Goytacazes, RJ. Vértices. Campos dos Goytacazes, v.16, n. 1, p. 77-86, set. 2014.

TONONI G, CIRELLI C. Sleep function and synaptichomeostasis. Sleep Medicine Reviews. 2006; 10(1): 49-62.



## XVIII ENCONTRO NACIONAL DE ENGENHARIA E DESENVOLVIMENTO SOCIAL

Crise e Transição: Engenheirando Alternativas

30 de Outubro a 01 de novembro de 2023

Belo Horizonte - MG, Brasil

JANSEN JM, et al. Medicina da noite: da cronobiologia à prática clínica. SciELO -Fiocruz: Rio de Janeiro. 2007.

BRASIL. Universidade Estadual do Rio de Janeiro (UERJ). Pesquisa da Uerj indica aumento de casos de depressão entre brasileiros durante a quarentena, 2020. Disponível em: <https://www.uerj.br/noticia/11028/>. Acesso em 12 de mar. de 2023.

PETERS GABRIEL. O novo espírito da depressão: Imperativos de autorrealização e seus colapsos na modernidade tardia. Civitas – Revista de Ciências Sociais: Pernambuco. 2021.

SANTOS, Milton. Pobreza Urbana. São Paulo: Edusp - Editora da Universidade de São Paulo, 1978.

FREIRE, Paulo. Pedagogia da Autonomia: Saberes necessários à prática educativa. Edição especial. São Paulo: Paz e Terra, 1996.

NIETZSCHE, Friedrich. Humano demasiado humano: um livro para espíritos livres. Tradução: Paulo César de Souza. São Paulo: Companhia das Letras, 2000.

RICCI, M. T. Ócio e a emancipação. Disponível em: [http://www.sbpnet.org.br/livro/57ra/programas/CONF\\_SIMP/textos/mteresaricci.html](http://www.sbpnet.org.br/livro/57ra/programas/CONF_SIMP/textos/mteresaricci.html). Acesso em: 10 ago. 2023.

VIEIRA, I.; RUSSO, J. A.. Burnout e estresse: entre medicalização e psicologização. Physis: Revista de Saúde Coletiva, v. 29, n. 2, p. e290206, 2019.

NEVES, D. R. et al.. Sentido e significado do trabalho: uma análise dos artigos publicados em periódicos associados à Scientific Periodicals Electronic Library. Cadernos EBAPE.BR, v. 16, n. 2, p. 318–330, abr. 2018