

**ARILSON PEREIRA DA SILVA**

**TRABALHO, NOITE E SONO:  
UMA INVESTIGAÇÃO SOBRE A SAÚDE E O TRABALHO NOTURNO**

*Tese apresentada ao Instituto de Psicologia da  
Universidade de São Paulo, como parte dos  
requisitos para a obtenção do título de Doutor  
em Psicologia.*

**São Paulo**

**2006**

# **Livros Grátis**

<http://www.livrosgratis.com.br>

Milhares de livros grátis para download.

**ARILSON PEREIRA DA SILVA**

**TRABALHO, NOITE E SONO:  
UMA INVESTIGAÇÃO SOBRE A SAÚDE E O TRABALHO NOTURNO**

*Tese apresentada ao Instituto de Psicologia da  
Universidade de São Paulo, como parte dos requisitos  
para a obtenção do título de Doutor em Psicologia.*

*Área de concentração:* Psicologia Social

*Orientadora:* Prof.<sup>a</sup> Dr.<sup>a</sup> Maria Inês  
Assumpção Fernandes

**São Paulo**

**2006**

Autorizo a reprodução e divulgação total ou parcial deste trabalho, por qualquer meio convencional ou eletrônico, para fins de estudo e pesquisa, desde que citada a fonte.

Catálogo na publicação  
Serviço de Biblioteca e Documentação  
Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo

Silva, Arilson Pereira da.

Trabalho, noite e sono: uma investigação sobre a saúde e o trabalho noturno / Arilson Pereira da Silva; orientadora Maria Inês Assumpção Fernandes. --São Paulo, 2006.

258 p.

Tese (Doutorado – Programa de Pós-Graduação em Psicologia. Área de Concentração: Psicologia Social) – Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo.

1. Trabalho noturno 2. Intersubjetividade 3. Grupo operativo

4. Saúde I. Título.

HD5113

**TRABALHO, NOITE E SONO:  
UMA INVESTIGAÇÃO SOBRE A SAÚDE E O TRABALHO NOTURNO**

**ARILSON PEREIRA DA SILVA**

**BANCA EXAMINADORA**

---

---

---

---

---

**Tese defendida e aprovada em: \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_**

## AGRADECIMENTOS

Para a realização deste trabalho, pude contar com a colaboração de muitas pessoas, algumas de modo direto, outras indiretamente; algumas com maior proximidade, e outras, à distância. A forma com que cada um colaborou, não é o mais importante. A importância está na possibilidade desse trabalho conjunto; sem isso, ele não teria sido possível.

Agradeço a:

Meus pais.

Meus irmãos, cunhadas e sobrinhos.

Todos os familiares e amigos que me acompanharam neste trajeto.

Professores e colegas.

Maria Inês Assumpção Fernandes, pela orientação competente, pelo empenho e pela forma amiga com que é capaz de realizar seu trabalho. Sua colaboração foi essencial para que este estudo se realizasse.

Roberto Heloani e Ianni Régia Scarcelli, pela enorme contribuição, com suas sugestões e críticas, no exame de qualificação.

Maria de Lurdes, amiga que "abriu caminhos" para a pesquisa na instituição escolhida.

Rogério, que disponibilizou recursos para o trabalho de campo.

Jane, cujo apoio e participação como observadora nos grupos operativos, foram fundamentais.

Pablo e Ella, pela especial colaboração na versão para o francês.

Wagner, amigo sempre presente.

Todos os participantes dos grupos operativos realizados.

CNPq, pelo financiamento parcial desta pesquisa.

## RESUMO

SILVA, Arilson Pereira da. *Trabalho, noite e sono: uma investigação sobre a saúde e o trabalho noturno*. São Paulo, 2006, (259 p.). Tese (Doutorado). Instituto de Psicologia, Universidade de São Paulo.

O objetivo deste estudo foi o de compreender e explicitar possíveis relações entre os processos intersubjetivos e a saúde, em um grupo de trabalho (noturno) de uma instituição.

O quadro teórico-metodológico escolhido diz respeito a uma Psicologia Social que se articula com a Psicanálise, na abordagem e na interpretação de questões referentes às relações entre indivíduo, grupo e sociedade. Destacamos, nesse referencial, as relações entre trabalho e saúde, especialmente no âmbito do trabalho noturno, bem como as questões da intersubjetividade gerada nos grupos e instituições.

Com uma abordagem metodológica qualitativa, a pesquisa de campo focalizou um grupo de trabalhadores pertencentes ao mesmo setor, e efetuou-se por meio da técnica de grupo operativo.

Conforme análise e interpretação dos dados, ressaltamos a modalidade dos vínculos estabelecidos entre os trabalhadores, revelando a construção de alianças inconscientes. Percebemos a existência de agravos à saúde ligados ao trabalho noturno; por outro lado, aspectos (explicitados e não explicitados) relativos ao prazer de trabalhar à noite. Verificamos ainda conflitos referentes a um "distanciamento" da vida diurna e das relações familiares; e, também, repercussões positivas quanto a certo grau de liberdade na organização do trabalho.

**Palavras-chave:** trabalho noturno; intersubjetividade; grupo operativo; saúde; alianças inconscientes.

## ABSTRACT

SILVA, Arilson Pereira da . *Work, night and sleep: an investigation on health and night work*. São Paulo, 2006, (268 p.). Doctoral Thesis. Instituto de Psicologia, Universidade de São Paulo Paulo.

The present study was conducted with the aim to understand and make explicit possible relationships between health and intersubjective processes in a group of workers (night shift) in a certain institution.

The theoretical and methodological range of this work concerns Social Psychology in articulation with Psychoanalysis for the approach and interpretation of issues with regard to the relationship among individual, group and society. We highlight here the relationship between work and health, specially in night work, as well as the aspects of the intersubjectivity generated in groups and institutions.

With a qualitative methodological approach, the field research focused a group of workers of a same sector and was conducted by means of the operative group technique.

According to data analysis and interpretation, we emphasized the kind of bonds created between workers, disclosing the building of unconscious alliances. We noticed the occurrence of health damages related to night work; on the other hand, also (explicitated and non-explicitated) aspects related to the pleasure of working during the night. Besides that, we also verified the occurrence of conflicts related to a “distancing” from day life and family relationships, as well as some positive aspects with regard to a certain degree of liberty in work organization.

**Key words:** night work; intersubjectivity; operative groups; health; unconscious alliances.

## RÉSUMÉ

SILVA, Arilson Pereira da. Travail, nuit et sommeil : une investigation sur la santé et le travail nocturne. São Paulo, 2006, (268 p.) Thèse (Doctorat). Instituto de Psicologia, Universidade de São Paulo.

Cette étude a comme objectif de comprendre et expliquer les liaisons possibles entre les processus intersubjectifs et la santé dans un groupe de travail (nocturne), dans le cadre d'une institution.

Le cadre méthodologique et théorique choisi est celui d'une Psychologie Sociale qui s'articule avec la Psychanalyse dans une approche et interprétation référant au rapport: individu, groupe et société. Nous soulignons, dans cette approche, les rapports entre le travail et la santé, plus particulièrement le travail nocturne et les questions d'intersubjectivité gérées dans les groupes et les institutions.

Avec une approche méthodologique qualitative, nous avons axé notre recherche sur un groupe de travailleurs appartenant à un même secteur, que nous avons conduit par la technique de groupe opérationnelle.

D'après l'analyse et l'interprétation des données, nous soulignons les modalités des liens établis entre les travailleurs qui révèlent les constructions d'alliances inconscientes.. Nous avons repéré l'existence de problèmes de santé liée au travail nocturne, mais aussi des aspects (explicite ou non explicite) relatif au plaisir de travailler la nuit. Nous avons montré l'existence de conflits liée à une prise de « distance » de la vie diurne et des relations familiales; et également des répercussions positives: un certain degré de liberté par rapport à l'organisation du travail.

Mot-clés : Travail nocturne ; intersubjectivité ; groupe opérationnel ; santé ; alliances inconscientes.

## SUMÁRIO

RESUMO.....	i
ABSTRACT.....	ii
RÉSUMÉ.....	iii
INTRODUÇÃO.....	1
Capítulo 1. TRABALHO E SAÚDE.....	6
1.1. Trabalho noturno e sono.....	19
Capítulo 2. GRUPOS: PROCESSOS INTERSUBJETIVOS NAS INSTITUIÇÕES...	31
Capítulo 3. MÉTODO.....	55
Capítulo 4. ANÁLISE DOS GRUPOS OPERATIVOS.....	64
Capítulo 5. CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	138
ANEXOS.....	151
1. Sessões de grupo operativo.....	151
2. Termos de compromisso livre e esclarecido.....	248
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	252

## INTRODUÇÃO

Ao iniciar o presente texto, vale destacar algumas idéias que, no percurso da vida - profissional, acadêmica, pessoal, foram se tornando parte de nosso modo de pensar e que acabaram por se constituir em ponto de partida deste estudo. Entendemos o trabalho humano como atividade necessária à vida humana e, simultaneamente, de fundamental importância na constituição da subjetividade. As formas de trabalhar foram se modificando no decorrer da história, e faz alguns séculos que as organizações passaram a ser um dos principais lugares de configuração do trabalho humano; onde se dá grande parte das relações entre os indivíduos na sociedade. Compreendemos que esse fazer humano, do indivíduo em conjunto com vários outros nas organizações, pode propiciar àquele que trabalha, por um lado, sensações de prazer, percepções de reconhecimento e de valorização de si mesmo; por outro, pode provocar mal-estar, sofrimento e adoecimento. Acreditamos também que o ser humano, como ser histórico e social, para ser compreendido, deve ser observado em seu contexto. Assim, uma vez que a presente pesquisa situa-se no início do século XXI, consideramos relevante destacar que os efeitos das políticas econômicas neoliberais, do processo de globalização e da intensificação do desenvolvimento tecnológico fazem-se sentir no universo do trabalho, seja na forma de desemprego, seja em termos do medo de perdê-lo ou do aumento das pressões sobre os trabalhadores, favorecendo, entre outros aspectos, a deterioração da qualidade das relações humanas nesse âmbito. Esse "estado de coisas" de nossa época, com suas repercussões na vida das pessoas, em seu modo de agir, em sua subjetividade, foi importante elemento motivador deste trabalho. Com esse espectro, e sendo nosso interesse mais geral o de aprofundar os conhecimentos relativos às conexões entre as relações humanas e a saúde dos indivíduos, é

que passamos a delinear o projeto que culminou na realização da pesquisa que ora apresentamos.

Em nossa dissertação de mestrado, buscamos compreender os aspectos envolvidos na transformação da identidade profissional, articulando-os à questão da saúde mental no contexto das organizações. Esse estudo nos tornou mais sensíveis às conseqüências, para os indivíduos, das mudanças que vêm rapidamente ocorrendo no mundo do trabalho. Sabemos que a globalização tem gerado um enorme contingente de desempregados; aos que permanecem empregados, resta enfrentar pressões mais intensas para dar conta das responsabilidades profissionais, o que provoca ou acentua o sofrimento psíquico. "A barbárie do capital instaura na contemporaneidade a desumanidade das relações humanas, que se desqualificam totalmente, surpreendendo com a forma e a fôrma na qual o homem atual vai se colocando." (HELOANI; CAPITÃO, 2003, p. 103) E, em concordância com Losicer (1995), percebemos a existência de uma angústia ligada à sobrevivência, tanto para as organizações como para os trabalhadores, que se expressa por elevado nível de estresse, doenças psicossomáticas e outras psicopatologias do trabalho.

Nossa experiência aponta para uma atuação ainda tímida dos profissionais das áreas de saúde e ciências humanas que atuam nas organizações, tais como médicos, psicólogos, assistentes sociais, que parecem, em geral, ficar à mercê dos objetivos e diretrizes traçados pela administração, avançando pouco no que diz respeito à elaboração e implementação de políticas e práticas voltadas para a promoção da saúde dos trabalhadores e, principalmente, da saúde mental dos mesmos. Neste sentido, a intersecção entre os processos de trabalho, as relações humanas que deles decorrem e as manifestações (psíquicas ou físicas) da vivência dos trabalhadores nesse contexto, mostra-se como área de estudos interdisciplinar que deve ser

desenvolvida, podendo contribuir para a criação de instrumentos mais eficazes na promoção da saúde para aqueles que estão engajados na vida organizacional.

Levando em conta a crescente expansão, nos últimos anos, das atividades noturnas nas grandes metrópoles, como São Paulo, e, verificando na literatura científica um número ainda pequeno de trabalhos com foco nas questões psicossociais dos trabalhadores noturnos, escolhemos essa população como *sujeito* do presente estudo. Decidimos, portanto, fazer nossa pesquisa junto a um grupo de pessoas que trabalham à noite, e que atendem justamente pessoas que apresentam distúrbios do sono, em uma instituição voltada ao estudo e diagnóstico desses distúrbios.

As questões seguintes funcionaram como disparadoras deste trabalho: que relações existem entre os universos psíquicos dos integrantes de um grupo de trabalhadores e o mundo dos signos, dos sentidos estabelecidos em comum? Os processos intersubjetivos gerados pelas exigências do papel profissional (em equipe), da organização do trabalho e das relações humanas em determinado grupo, determinam o prazer e o sofrimento experimentados por seus componentes? E, também, aspectos de saúde ou doença manifestados por eles? Poderíamos afirmar a existência de processos intersubjetivos promotores de saúde ou doença nos grupos de trabalho? Aspectos da intersubjetividade gerados em um grupo de trabalhadores, extrapolam esse espaço do trabalho, influenciando as relações humanas em outros espaços? A "mesmice", a estereotipia muitas vezes requerida pelo desempenho de determinadas funções, levaria a um algum tipo de enrijecimento no âmbito dos processos psíquicos, a uma falta de mobilidade no que se refere ao "grupo interno"? Em caso positivo, seria este um fator constitutivo do adoecer?

Tais questões são, a nosso ver, bastante imbricadas, de tal modo que nos serviram como guia

num sentido mais amplo, e nos deram base para a formulação dos seguintes objetivos:

- ? em linhas gerais, compreender, principalmente a partir do nível intersubjetivo, um grupo de trabalho (noturno), explicitando possíveis relações entre os processos intersubjetivos e a saúde, pertinentes aos integrantes do grupo;
- ? de modo específico, focalizar os processos intersubjetivos engendrados em um grupo de trabalhadores noturnos, ocupantes do cargo *técnico em polissonografia*, buscando compreender e revelar as significações construídas por esse grupo a respeito do próprio trabalho, e de suas relações com a saúde e com os relacionamentos humanos intra e extra-profissionais.

O quadro teórico-metodológico escolhido para nortear o presente estudo diz respeito a uma Psicologia Social que se insere no quadro geral da Psicanálise, na abordagem e na interpretação de questões referentes às relações entre indivíduo, grupo e sociedade. A esse respeito, Fernandes (2005, p. 92) faz importante colocação:

*A análise das fronteiras entre a psicanálise e a psicologia social permite colocar em discussão a sustentação teórica de algumas hipóteses, como as estabelecidas por Kaës, ao procurar estabelecer um campo de pesquisa e de prática cuja especificidade reside no estudo da correlação entre as organizações intrapsíquicas e as formações do vínculo intersubjetivo, precisamente no ponto de 'amarração' de suas estruturas e de seus processos, onde se constitui o sujeito do inconsciente, o sujeito do grupo.*

A fim de formar um conjunto de elementos teóricos para nossa reflexão, iniciamos com a temática *trabalho e saúde*. Por sua amplitude, optamos por iniciar diretamente com os aspectos de conexão entre esses dois temas, buscando uma revisão teórica que nos fornecesse um quadro articulado para a posterior análise e discussão dos dados obtidos na pesquisa de

campo. A seguir, entramos na especificidade do *trabalho noturno*, com ênfase nas questões do sono e da saúde daqueles que trabalham à noite.

A outra temática destacada no processo de construção do quadro teórico refere-se a *grupos*, especialmente aos *processos intersubjetivos nas organizações*, que, a partir das contribuições de teóricos como Pichon-Rivière, Bleger e Kaës, compõe a base de sustentação de nossa discussão sobre a intersubjetividade construída nos grupos, nas instituições, tema central deste estudo.

Adiantamos que, da perspectiva teórica por nós adotada, psíquico e orgânico estão imbricados de tal forma que se faz difícil uma clara diferenciação entre tais instâncias. Concordamos, também, com aqueles que defendem que o trabalho tem uma posição fundamental na vida humana. Na aproximação entre essas duas áreas de vida e de estudo, percebemos a necessidade de que os aspectos do mundo do trabalho que causam mal-estar e agravos à saúde, de qualquer ordem, sejam mais estudados e melhor compreendidos. Bem mais do que um meio para garantir a sobrevivência, o trabalho precisa ser pensado como relevante eixo da subjetividade humana, em princípio uma intersubjetividade.

## **CAPÍTULO 1.**

### **TRABALHO E SAÚDE**

O trabalho sempre fez parte da vida humana. Em tempos longínquos, a caça, a pesca e o extrativismo eram as atividades que caracterizavam o trabalho humano. Depois veio a lavoura, mais adiante a produção de bens em pequenas oficinas e, finalmente, em grandes indústrias. O capitalismo industrial trouxe em seu bojo grandes mudanças na relação do ser humano com o trabalho: além de não possuir os instrumentos necessários à produção, o homem deixa de ser dono de seu tempo, de seu espaço, de suas relações com os outros e, provavelmente, também de seu desejo.

No mundo contemporâneo, é muito comum que as pessoas comentem seu mal-estar no trabalho, suas preocupações em realizar suas atividades dentro do prazo, os problemas de relacionamento com chefia e colegas, e uma série de problemas físicos que relacionam mais ou menos com o trabalho: dor de cabeça, dor nas costas, gastrite, crises renais e outros. Estamos falando de diversas manifestações de sofrimento, psíquicas e corporais, apresentadas pelos indivíduos e freqüentemente associadas por eles ao dia-a-dia de trabalho.

Ao buscar aproximações e relações entre trabalho e saúde, pensamos na complexidade de fatores envolvidos nas situações de trabalho, desde os mais amplos, tais como a conjuntura sócio-econômica internacional, a globalização, o nível do desenvolvimento tecnológico, as políticas nacionais econômicas, trabalhistas, de saúde, até aqueles que dizem respeito especificamente a uma organização, uma área de trabalho, um grupo, um indivíduo. Entendemos que tal complexidade precisa ser considerada para que melhor se perceba a dimensão de nosso objeto de estudo, bem como nos alerta para as possibilidades e os limites

de compreensão do mesmo. Pensamos, portanto, que um universo assim complexo, que implica uma multiplicidade de fatores em jogo, não deve funcionar como impeditivo do trabalho investigativo, mas sim como um estímulo a desvendar, a esclarecer aspectos que precisem de um olhar diferenciado, talvez mais atento e mais agudo, para que sejam percebidos.

Não podemos menosprezar, por exemplo, a influência do sistema econômico predominante, em nível mundial e em diversas escalas, na vida das pessoas. O "capitalismo flexível", expressão utilizada para designar uma forma atual do capitalismo, enfatiza a flexibilidade. Mostra-se contrário aos sistemas burocráticos, à obediência cega à rotina. Conseqüentemente, quer trabalhadores ágeis, adaptáveis a mudanças a curto prazo, capazes de assumir riscos e de ser cada vez menos dependentes de regras e procedimentos formais. (Sennett, 2004)

Verificamos também "uma política mundial de ajuste de custos que leva governos e empresas a minguarem as conquistas sociais alcançadas no último século pela classe trabalhadora". (HELOANI, LANCMAN, 2004, p. 105). Contraditoriamente, notamos com freqüência, em textos que tratam das questões de trabalho, um discurso que demonstra constante preocupação com a qualidade de vida dos trabalhadores.

No Brasil e no mundo em geral, as mudanças no âmbito do trabalho têm acarretado crescente degradação das condições de trabalho e aumento do desemprego. Dados da OIT (Organização Internacional do Trabalho) revelam a existência de 180 milhões de desempregados em nosso planeta. (Lancman, 2004)

A reestruturação produtiva no nosso país, a incorporação de novas tecnologias, a precarização das relações de trabalho, a intensificação do ritmo, a diminuição de postos de trabalho, a sobrecarga e a exigência de polivalência dos que permanecem trabalhando têm ampliado e agravado o

quadro de doenças e riscos de acidentes, causando afastamentos no trabalho e aposentadorias precoces com forte impacto nas contas do sistema previdenciário. (HELOANI, LANCMAN, 2004, p. 78).

Acreditamos que esses fatores, a que podemos classificar de macrossociais ou macroeconômicos, devem ser observados quando se trata de realizar uma pesquisa como a nossa, ainda que a delimitação do objeto de estudo tenha levado à investigação de um grupo restrito de pessoas. Isso se justifica por nossa concepção de que o ser humano se constrói socialmente, em suas relações com outros seres humanos. Assim, não é possível compreender e/ou interpretar fatos ou condutas humanas à margem dessa complexidade. Buscando então não perder de vista uma aproximação possível entre as instâncias sociais e as individuais, entendemos que o desemprego, de um lado, e as difíceis condições de trabalho, de outro, têm implicações preocupantes do ponto de vista da saúde dos trabalhadores. Concordamos com os autores acima citados em que o trabalho tem implicação direta nas diversas formas de inserção social dos indivíduos e que é central no processo de constituição da identidade individual. "Nesse sentido o trabalho pode ser visto como fundamental na constituição de redes de relações sociais e de trocas afetivas e econômicas, base da vida cotidiana das pessoas." (HELOANI, LANCMAN, 2004, p. 78).

Fernandes (1999, p. 40) argumenta que o desemprego, tão presente em nossos dias, tem gerado desestabilidade emocional, que provém não somente da perda das condições financeiras, mas também da perda da possibilidade de manter o trabalho como eixo psíquico organizador que relaciona o passado, o presente e o futuro. Sendo essa uma exigência do vínculo com a realidade, os indivíduos ficam sem condições de representar o futuro, e a si mesmos no futuro, por meio de aspectos institucionais até então vigentes.

Nesta perspectiva, entendemos que o trabalho se converte em instituição. Enquanto instituição, e pelo seu papel no conjunto das relações sociais, instala, psiquicamente, um elemento organizador e estruturante do sujeito em sua relação com o mundo. É o trabalho, portanto, mais do que um regulador das relações entre os indivíduos de uma sociedade, uma condição fundamental para a sua estruturação psíquica. (FERNANDES, 1999, p. 41).

Por um outro ângulo, Offe (1985) propõe que o trabalho, em nosso tempo, tem adquirido o caráter de um interesse entre outros tantos presentes na vida das pessoas, perdendo sua força na construção da identidade pessoal e social. Este certamente não é, também, o pensamento de Ricardo Antunes (1999, p. 92-93), ao expressar que,

ao contrário daqueles que defendem a perda de sentido e de significado do fenômeno social do *estranhamento*, quando se pensa na subjetividade da *classe-que-vive-do-trabalho* na sociedade contemporânea, cremos [...] que as mudanças em curso no processo de trabalho, apesar de algumas alterações *epidérmicas*, não eliminaram os condicionantes básicos desse fenômeno social, o que faz com que as ações desencadeadas no mundo do trabalho, contra as diversas manifestações do *estranhamento*, tenham ainda enorme relevância no universo da sociabilidade contemporânea.

Nossa compreensão acompanha a de Antunes, pela idéia de que o trabalho, enquanto transformação da natureza para gerar bens necessários à sobrevivência humana, sempre estará presente, sempre será necessário, por mais que se modifiquem as maneiras de trabalhar. Dejours (2004, p. 18) reforça esse ponto de vista, agregando a importância do outro, de estar com o outro como parte do processo de trabalho:

A tese conhecida como "centralidade do trabalho" mostra que o trabalho desempenha um papel essencial de formação do espaço público, pois trabalhar não é tão-só produzir: trabalhar é ainda viver junto. Ora, viver

junto não é produto de geração espontânea; pressupõe uma atenção em relação ao outro, um respeito pelo outro e contribuições extremamente complexas por parte de todos, na luta contra o poder dos interesses privados. O trabalho é mesmo, certamente, o *locus* principal em que se realiza o aprendizado da democracia. Mas, se a renovação do viver junto fracassa, então o trabalho pode se tornar uma perigosa força de destruição da democracia e de difusão do cinismo e do cada-um-por-si.

Podemos perceber que as conexões entre as configurações sócio-econômico-políticas e os aspectos da subjetividade/intersubjetividade (e transsubjetividade, tomando o referencial de Kaës) e da saúde dos trabalhadores são importantes, merecendo reflexão e maior investigação. Cabe destacar a relevância de um enfoque interdisciplinar nessa área de pesquisa, tanto por sua complexidade como pelas múltiplas variáveis que põe em jogo, o que se caracteriza como um desafio aos que se envolvem neste campo de atuação.

Em continuidade ao pensamento que vimos desenvolvendo, precisamos estabelecer uma discussão sobre o conceito de saúde, mais especificamente de saúde mental, que é um outro pilar de nosso estudo.

Groddeck (1992) não fazia uma nítida diferenciação entre “psíquico” e “orgânico”. Refere-se a captar o sentido de um determinado sintoma de uma doença, no “dialeto do próprio órgão”, através de um questionamento fisionômico. O homem todo se transforma em símbolo, ou seja, o corpo se comunica de forma específica. Assim, o modo pelo qual os sintomas orgânicos se desenvolvem é análogo ao da elaboração do sonho e da dinâmica da neurose. O sintoma também envolve um conteúdo manifesto e outro latente.

Ávila (2002, p. 36) ressalta a importância do pensamento de Groddeck e, ao discutir psicossomática e saúde, apresenta idéias e argumentos que contribuem para clarificar nossa

perspectiva teórica:

Teoricamente, a questão que a psicossomática coloca é a questão do corpo, sua especificidade, seus limites e suas expressões. Proponho o seguinte: o homem é um ser total, corpo e mente indissolúveis. Basta observarmos um cadáver para vermos, com toda a nitidez, qual a diferença que faz a presença ou a ausência da vida, daquele "sopro imaterial" que os gregos chamavam de *psychê*.

Sobre saúde e doença, medicina e psicanálise, sinteticamente o mesmo autor propõe:

Naquela condição que denominamos saúde, o corpo está "em silêncio", e a mente evidencia suas atividades. Na doença, o corpo passa a demandar consideração, obrigando a mente a dirigir sua atenção para suas funções, às vezes até de forma exclusiva. A medicina moderna quase chegou a acreditar que poderia ater-se unicamente aos aspectos biológicos e bioquímicos deste corpo, vendo-o fundamentalmente como organismo. A psicanálise veio demonstrar que este corpo era um corpo trabalhado pelas pulsões, um corpo sexual, que existe na mente como um corpo construído. (ÁVILA, 2002, p. 36-37).

Considerando fundamentais as concepções de Groddeck e Àvila, de que mente e corpo são indivisíveis, de que constituem um todo único, integrado, vamos abordar o conceito de *saúde mental* a partir de uma abordagem congruente à acima exposta.

Ocupar-se da saúde mental significa, num primeiro momento, procurar conceituá-la deixando-a "livre" da herança clínico-médica que a reconhece sempre no eixo da saúde e doença e indica as abordagens terapêuticas como instrumentos de acesso e definição sobre o seu caráter. Retirar a saúde mental do eixo terapêutico implica ressignificá-la no eixo da saúde social e conduzir a discussão à dimensão da subjetividade enquanto expressão das diferentes modalidades de subjetivação de nossa cultura e das

singularidades próprias do movimento de constituição do sujeito psíquico." (FERNANDES, 2005, p. 41).

De acordo com Fernandes (2005), não se trata de uma psicologia social que deixa de lado os fatores biológicos, mas sim, de não os colocar em oposição às determinações sociais. A relação entre doença mental e estrutura social, nessa ótica, pode ser objeto de investigação de uma psicologia social que busca distanciar-se de determinados modelos subjacentes às formas de tratamento, ou seja, aqueles que colocam o mal como algo que deve ser eliminado, supondo então a idéia de um corpo perfeito que teria sido danificado. Com tal afastamento, essa psicologia "reencontra a identidade do sujeito, produzida nas determinações múltiplas do social e não entregue à mortífera forma enclausurada de uma identidade em si mesma, imóvel e tendendo sempre ao reencontro de si mesma". (FERNANDES, 2005, p. 42).

De um modo que parece complementar as colocações de Fernandes, que enfatiza a importância de uma saúde social como eixo para a compreensão da saúde mental, recorremos aqui a Dejours (1986, p. 9) que, à procura de uma definição para *saúde mental*, expõe a dificuldade e o perigo existentes para se definir o que é e o que não é normal, do ponto de vista mental. Ele defende que

não há um estado de bem-estar e de conforto, mas há, mais uma vez, fins, objetivos, desejos, esperanças. Em nossa linguagem chamamos a isso 'desejo'. A saúde mental não é certamente o bem-estar psíquico. A saúde é quando ter esperança é permitido. Vê-se que isso faz mudar um pouco as coisas. O que faz as pessoas viverem é, antes de tudo, seu desejo; isso é uma aquisição da psiquiatria e da psicossomática.

Buscando encaminhar nossa discussão sobre saúde/saúde mental para o âmbito do trabalho,

trazemos a contribuição de Seligmann-Silva (1994), ao explicar que, nos estudos de Saúde Mental do Trabalho (S.M.T.), é fundamental que se busque compreender a dialética entre a dimensão individual e a social na construção de processos psicossociais como, por exemplo, a identidade. Segundo essa autora, é possível afirmar que o grande desafio colocado pela S.M.T. aos pesquisadores é o de identificar as *interações* complexas que presidem aos fenômenos aí investigados.

O território da empresa, onde se dá o embate entre a cultura organizacional planejada para oferecer "felicidade programada" e a cultura própria dos coletivos de trabalho, necessita ainda encontrar formas mais acuradas de leitura, para as quais acreditamos que a Psicologia Social, juntamente com outras disciplinas do campo das Ciências Sociais, terá muito a oferecer à S.M.T. (SELIGMANN-SILVA, 1994, p. 64).

Fica então destacado o desafio que caracteriza a análise das pontes entre o individual e o coletivo, o que exige que os estudos nessa área considerem "as dinâmicas que se desenrolam no território heterogêneo das individualidades humanas e da intersubjetividade." (SELIGMANN-SILVA, 1994, p. 71)

De outro modo, Dejours (1986, p.11) afirma que "a saúde é antes de tudo uma sucessão de compromissos com a realidade; são compromissos que se assumem com a realidade, e que se mudam, se reconquistam, se redefendem, que se perdem e que se ganham. Isso é saúde!". Ele explica que essa realidade pode ser desdobrada em três esferas: ambiente material; realidade afetiva, relacional, familiar etc. - a vida mental, psíquica e as relações; a realidade social, na qual se inclui a organização do trabalho.

É imprescindível, neste ponto de nossa exposição, abordar o conceito de *organização do*

*trabalho*, por sua importância na discussão dos aspectos que ligam trabalho e saúde do trabalhador.

Segundo Siqueira (1998, p. 76), a organização do trabalho

envolve as maneiras de dividir e sistematizar as tarefas e o tempo do trabalhador; as especializações e qualificações exigidas; as seqüências, ritmos e cadências; a padronização e a autonomia na realização do trabalho; a participação do trabalhador na programação e o *locus* de realização da tarefa. Relaciona-se tanto à tecnologia de produção (maquinário e equipamentos), como à tecnologia organizacional e gerencial (Controle de Qualidade Total, Just in Time, Kanban etc.).

De um outro ponto de vista, Dejours (1994, p. 26-27) também discorre sobre esse conceito:

Na abordagem psicoeconômica da relação Homem-Trabalho, convém sublinhar que a organização do trabalho é, de certa forma, a vontade de outro. Ela é, primeiramente, a divisão do trabalho e sua repartição entre os trabalhadores, isto é, a divisão dos homens: a organização do trabalho recorta assim, de uma só vez, o conteúdo da tarefa e as relações humanas de trabalho. Não acharemos abusivo observar nisso o exercício de uma vontade: a de dominar, de controlar, de explorar ao máximo a força de trabalho, isto é, de substituir o livre arbítrio do trabalhador pela injunção do empregador, mediatizado, eventualmente, por técnicos especializados, como por exemplo, o engenheiro de métodos. O trabalhador é, de certa maneira, despossuído de seu corpo físico e nervoso, domesticado e forçado a agir conforme a vontade de outro."

Desde o trabalho sobre a "neurose das telefonistas" de Le Guillant, podemos perceber a importância e os efeitos da organização do trabalho e da forma como os indivíduos se

relacionam sobre a saúde do trabalhador. O grau de exigências e de controle sobre o comportamento das telefonistas criava um ambiente ruim, pesado, uma atmosfera onde predominavam sentimentos de apreensão, de humilhação, de incompreensão.

Não poderá ser inútil lembrar a esses sujeitos que nossas observações relativas ao clima no qual desenvolvem seu trabalho e aparecem suas fadigas não são mais que uma ilustração da importância dos fatores psicossociais relacionados à fadiga industrial, à qual numerosos autores têm dado atenção (E. Kraepelin, S. Myers, E. P. Catheart, B. Mayo, J. M. Lahy, G. Friedman). (LE GUILLANT et al., 1984, p. 10).

Le Guillant et al. (1984) acabaram por concluir que os problemas de saúde verificados entre as telefonistas certamente não lhes seriam algo peculiar. Chamaram a atenção sobre mecanização dos atos e monotonia, vigilância rígida, relações humanas na empresa alteradas, como itens representativos de condições de trabalho objetiva ou subjetivamente penosas, o que, aliado a um ritmo excessivamente rápido de operações, levaria à ocorrência dessa síndrome também entre outras categorias profissionais.

Verificamos que a questão dos problemas de saúde decorrentes de determinadas situações de trabalho não é recente. Conforme Seligmann-Silva (1994, p. 60), diversas formas e fontes de pressão desagregadora podem interagir, rompendo o equilíbrio do sistema funcional psicossomático do indivíduo. Nesse processo causador de distúrbios, o ambiente social, que inclui as situações de trabalho, é um fator relevante.

Em consonância com as idéias de Le Guillant et al. e de Seligmann-Silva, acima citadas, encontramos a afirmação de Leny Sato (2002, p. 1148):

A depender da forma como o processo de trabalho é organizado, o

cotidiano no local de trabalho é configurado por contextos nos quais os modos de se trabalhar, de se relacionar, de lidar com o tempo, com o espaço e com os equipamentos são sabidamente danosos à saúde.

Dessa afirmação de Sato, depreende-se a importância do processo de organização do trabalho na geração de condutas e/ou processos subjetivos que muitas vezes são prejudiciais à saúde dos trabalhadores.

Daniellou (1989, p. 7) amplia nossa compreensão sobre a organização do trabalho ao definir *trabalho prescrito* e *trabalho real*: do conceito teórico de trabalho

e dos meios de trabalho provém o que chamamos de trabalho prescrito, isto é, a maneira como o trabalho deve ser executado: o modo de utilizar as ferramentas e as máquinas, o tempo concedido para cada operação, os modos operatórios e as regras a respeitar. Porém, este trabalho prescrito nunca corresponde exatamente ao trabalho real, isto é, o que é executado pelo trabalhador.

Ainda segundo esse autor, as características do trabalho real trazem conseqüências ao estado físico, mental e psico-afetivo das pessoas que o executam. Por serem provocadas por causas que, teoricamente, não existem, essas conseqüências são comumente menosprezadas. Além disso, ele mostra uma relação importante entre os comportamentos aprendidos e/ou realizados em situação do trabalho, e fora dela.

Estes comportamentos adquiridos, adaptados de maneira rígida às exigências específicas do trabalho, assemelham-se a condicionamentos generalizados e, por isto, não desaparecem ao término da jornada de trabalho. Eles se manifestam, portanto, na esfera da vida pessoal e das relações, que também se encontra contaminada pelas condições anormais de uso do corpo e do espírito no trabalho. Os exemplos abundam nesta

área. Tanto podem ser gestos (um exemplo caricatural é a seqüência do aperto de parafusos por Carlitos, no filme "Tempos Modernos"), como obsessões (do tempo, por exemplo), maneiras de raciocinar, de se expressar verbalmente ou por escrito. (DANIELLOU, 1989, p. 10).

Na mesma linha de Daniellou, no tocante ao trabalho real, Sato (2002, p. 1148) revela o fato de que os trabalhadores não ficam exatamente "presos" às orientações ou determinações daqueles que se encontram em posições hierarquicamente superiores:

... as pessoas concebem outras formas de se trabalhar, atribuindo outros significados às prescrições e criando laços entre si. Tais vínculos são sustentados e sustentam a criação de regras próprias, e norteiam a realização do trabalho segundo modos distintos daquele concebido pelo grupo gerencial. Por serem vínculos criados à revelia da iniciativa gerencial, foram denominados de "grupos informais".

Também muito importante, dada nossa atenção neste estudo às questões do relacionamento humano, é esta afirmação:

A organização do trabalho real aparece, de fato, como *compromisso*. Mas este compromisso não é realizável sobre uma base de recursos técnicos apenas, o que seria muito simples. (...) Construir um compromisso passa *de facto* por um jogo social. *A organização real do trabalho é um produto das relações sociais.* (DEJOURS, 2004, p. 64)

Tais proposições corroboram nosso intuito de, em conjunto com os sujeitos da pesquisa, explorar, investigar os laços, os vínculos intersubjetivos que são estabelecidos no ambiente de trabalho. Esse modo "informal" de relacionamento parece ser, em alguma medida, favorável à

manutenção da saúde dos que trabalham, ou, pelo menos, propício à prevenção do adoecer, uma vez que podem representar uma espécie de saída, ou de pequenas liberdades conquistadas em ambientes de liberdade restrita. Temos a hipótese de que, em sentido contrário, as situações que efetivamente impeçam esse movimento criativo (individual / grupal) constituam-se como as mais prejudiciais à saúde.

Segundo Dejours (2004, p. 20), "o trabalho pode ser um mediador de emancipação, e não apenas de alienação." Neste mesmo sentido, vale destacar o seguinte pensamento:

Quando as ações no trabalho são criativas, possibilitam a modificação do sofrimento, contribuindo para uma estruturação positiva da identidade, aumentando a resistência da pessoa às várias formas de desequilíbrios psíquicos e corporais. Dessa forma, o trabalho pode ser o mediador entre a saúde e a doença e o sofrimento, criador ou patogênico. (HELOANI, CAPITÃO, 2003, p. 107)

## 1.1. Trabalho Noturno e Sono

Vivemos em uma sociedade que não pára! Já vai longe o tempo em que dia e noite eram os principais parâmetros para que o ser humano se organizasse, ou seja: trabalhar ao dia, dormir à noite. Nas grandes cidades, como São Paulo, o movimento constante é ainda mais nítido. A qualquer hora da noite há circulação de veículos nas ruas, há pessoas em bares, padarias, supermercados, farmácias, indústrias, hospitais, enfim, existe uma cidade acordada. "Somos uma sociedade 24 horas!" (FISCHER, 2004, p. 4).

Se há vantagens nisso, como a de termos a nossa disposição uma série de serviços o tempo todo, é preciso olhar também para os "bastidores" dessa situação; entre outras coisas, pensar nas conseqüências dessa conjuntura para as pessoas que a mantêm. Chegamos aqui ao foco deste estudo: o trabalhador noturno.

Antes, cabe situar, brevemente, nosso foco em termos históricos. Com a Revolução Industrial, ocorrida na Europa entre 1770 e 1850, houve uma série de descobertas que impulsionaram o desenvolvimento das indústrias. Os processos de produção, que começaram ser mecanizados, ampliaram a utilização do carvão como combustível, permitindo que muitas fábricas passassem a funcionar dia e noite.

O crescimento das indústrias atrai trabalhadores para as cidades e se inicia, assim, a transição de uma sociedade agrária para uma sociedade urbana industrial. As jornadas de trabalho nas empresas eram em geral bastante longas nesse período, e o trabalho noturno teve sua consolidação desde então. As relações próximas entre a claridade do dia e o estado de vigília e, por outro lado, entre a escuridão da noite e o descanso, o sono dos trabalhadores, foi totalmente alterada.

Moore-Ede (1993 apud Fischer, 2004, p. 6) comenta sobre uma nova revolução, em nossos tempos: "a conversão de nosso mundo numa única comunidade integrada pela tecnologia, *a round-the-clock community*, uma sociedade que trabalha continuamente, 24 horas por dia, e que se desenvolveu em resposta a várias necessidades."

Segundo Fischer (2004, o trabalho realizado fora dos horários usuais (de 8:00 ou 9:00 h até 17:00 ou 18:00 h) faz parte do grupo de fatores psicossociais que interagem nos processos saúde-doença. Normalmente as atividades dos trabalhadores nesses horários estão relacionadas ao *trabalho em turnos*, que se refere a uma divisão do horário diário de trabalho em determinadas unidades de tempo (seis, oito ou doze horas em geral). É freqüente encontrarmos a subdivisão entre turno diurno e turno noturno.

No Brasil, o trabalhador noturno tem hora de trabalho reduzida, igual a 52 minutos e 30 segundos e tem remuneração 20% superior à hora diurna. Pela legislação brasileira (Consolidação das Leis do Trabalho, Seção IV, Do trabalho noturno) é considerado trabalho noturno aquele realizado entre 22:00 horas de um dia até 05:00 horas do dia seguinte. (CAMPANHOLE; CAMPANHOLE, 1994 apud FISCHER, 2004, p. 15).

Para os fins deste estudo, entendemos que os sujeitos pesquisados realizam *trabalho noturno*, em turno fixo de 12 horas, uma vez que sua jornada de trabalho vai das 19:00 h de um dia às 07:00 h do dia subsequente.

Ao abordar aspectos relativos ao turno de 12 horas, Fischer (2004) expressa que as características individuais, tais como os ritmos biológicos (que implicam preferências de hábitos de dormir e de realizar atividades de manhã, à tarde ou à noite), representam apenas um dos fatores relevantes para se analisar a tolerância do trabalhador a esse esquema de

trabalho. Outros fatores devem também fazer parte da análise. Mesmo que as tarefas envolvam predominantemente exigências cognitivas, por exemplo, trabalho em salas de controle, fiscalização de equipamentos, trabalhar 12 horas consecutivas é, geralmente, considerado cansativo. Quando se trata de tarefas de natureza essencialmente física, 12 horas de trabalho diário podem ser, de fato, extenuantes.

O tipo e o porte da organização, bem como o ramo de atividade, determinam de algum modo a existência ou não de jornadas noturnas de trabalho. Como exemplos bastante comuns de profissionais que atuam à noite, podemos citar os bombeiros, policiais, enfermeiros, médicos. Nas últimas décadas, assistimos a certa evolução no âmbito da pesquisa e de ações reguladoras voltadas à questão da saúde do trabalhador. Vale citar a novidade surgida na 77ª Conferência Internacional do Trabalho (Fundacentro, 1990; ILO, 1989 apud Fischer, 2004), que foi a recomendação de ser dada uma atenção especial aos efeitos cumulativos originados por fatores que provocam agravos à saúde, inclusive às formas de organização do trabalho em turnos.

O trabalho em turnos e noturno está incluído como agente etiológico ou fator de risco de natureza ocupacional, sendo descrito como má adaptação à organização do horário de trabalho - trabalho em turnos e trabalho noturno (Z56.6 da CID-10) para o desenvolvimento de transtornos do ciclo vigília-sono devido a fatores não-orgânicos (F51.2, grupo V da CID-10), e de distúrbios do ciclo vigília-sono (G47.2, grupo VI da CID-10) (*Diário Oficial da União*, 1999). Isto representa um grande avanço, colocando a legislação brasileira à frente da praticada pela maioria dos países do mundo no que diz respeito à proteção legal conferida a trabalhadores em turnos e noturnos. (FISCHER, 2004, p. 16).

Sob a perspectiva biológica, os seres humanos são seres diurnos, já que normalmente encontram-se ativos à luz do dia e dormem à noite. É a oscilação regular das funções corporais ("ritmos circadianos"), que em geral mostram níveis mais elevados durante o dia e níveis mais baixos durante a noite, que determina esse comportamento natural frente ao dia e à noite.

Os ritmos circadianos (do latim *circa*, aproximadamente; *diem*, dia), são "assim denominados pois, em situação de isolamento dos estímulos ambientais marcadores de tempo, tendem a apresentar período pouco diferente de 24 horas." (MENNA-BARRETO, 2004, p. 34).

Segundo Costa (2004, p. 79-80), "esta ritmicidade é controlada por um forte oscilador endógeno ("relógio biológico") e é influenciada por fatores ambientais (*zeitgebers* ou "sincronizadores") tais como ciclos de sono/vigília, atividade produtiva, horários de refeições, tempo e intensidade de exposição à luz."

O trabalho noturno força os que trabalham nesse horário a inverter seu "padrão normal" de vigília-sono de acordo com o período de atividade, o que causa perturbações aos ritmos circadianos. Trata-se de modificações que podem ser mais ou menos intensas conforme o número de turnos noturnos sucessivos, bem como de acordo com a rotação dos períodos de atividade, quando existentes.

De acordo com Costa (2004), os trabalhadores noturnos, que precisam alterar suas horas e estratégias de sono conforme os períodos de trabalho, têm o sono como sua principal queixa. As privações e as perturbações do sono, além de terem influência na dessincronização dos ritmos circadianos e na síndrome do *shift-lag*, em longo prazo podem produzir transtornos severos e persistentes do próprio sono, fadiga crônica e síndromes psiconeuróticas (tais como ansiedade ou depressão crônica). Alguns estados depressivos relatados por trabalhadores noturnos poderiam estar associados à perturbação dos ritmos circadianos e a uma exposição

menor à luz do dia.

A chamada síndrome de *jet lag* (ou, neste caso, *shift lag*) caracteriza-se por sensações de mal-estar, fadiga, sonolência, insônia, náuseas e dispepsia, irritabilidade, prejuízo da agilidade mental e da eficiência do desempenho. (Folkard e col., 1985; Comperatore e Krueger, 1990 apud Costa, 2004).

O trabalho em turnos e o noturno interfere nos horários e no conteúdo das refeições, favorecendo, assim, problemas e transtornos digestivos. Estes se devem ao desequilíbrio entre os horários das refeições e a secreção e a motilidade gastrintestinal, bem como a mudanças na qualidade dos alimentos (p. ex. alimentos pré-cozidos e congelados), menos tempo disponível durante as pausas de trabalho, hábito de "beliscar" e, às vezes, maior ingestão de bebidas cafeinadas, fumo e consumo de álcool. (LENNERNAS, 1993 apud COSTA, 2004, p. 81).

No desenvolvimento de doenças cardiovasculares, particularmente doenças coronarianas, o trabalho em turnos pode ser considerado um fator de risco. O mesmo pode ser dito em relação à saúde da mulher, tanto no tocante a sua atividade hormonal peculiar quanto nas condições sociais.

Conforme Seligmann-Silva (1990, p. 23S), com base em estudos epidemiológicos, os trabalhadores de turnos alternados são mais atingidos por diferentes doenças psicossomáticas, do que aqueles que trabalham sempre no mesmo horário. Um dos distúrbios comuns nesse grupo é a úlcera péptica. Outra constatação diz respeito, também, aos trabalhadores em turnos: um desgaste geral que contribui para acelerar o processo de envelhecimento.

Costa (2004) agrupa os fatores que podem interagir e influenciar, tanto o ajuste a curto prazo e a adaptação a longo prazo ao trabalho em turnos e noturno, em cinco itens: características

individuais; situação familiar; condições sociais; condições de trabalho; esquemas de turnos de trabalho. Acrescentamos a essas considerações o que investigamos a partir do grupo, da intersubjetividade.

Ainda de acordo os trabalhos de Costa (2004), em comparação aos problemas biológicos, os trabalhadores revelam queixas mais freqüentes quanto às dificuldades familiares e sociais. Por vezes, são a principal causa de má adaptação ao turno de trabalho, tendo ainda uma grande influência no desenvolvimento de transtornos psicossomáticos.

Embora o presente trabalho tenha como sujeitos de pesquisa os trabalhadores noturnos, eles não realizam turnos alternados. Todavia, parece-nos relevante, por haver alguns pontos em comum entre essas duas populações, especialmente o fato de que o trabalho noturno se efetua em ambas, trazer aqui considerações de Seligmann-Silva (1990) a partir de pesquisa por ela efetuada com trabalhadores em regime de turnos alternados. As manifestações da fadiga entre esses trabalhadores, com destaque para a irritabilidade e o isolamento social, têm importante repercussão na vida familiar.

As perturbações do sono e a irritabilidade são manifestações que caminham juntas na determinação de uma série de problemas familiares. Assim, quase todas as esposas referem perceber um alto grau de irritação nos maridos, durante a semana do trabalho noturno. Essa irritabilidade se manifesta de maneira muito intensa especialmente em relação a qualquer tipo de ruído, principalmente no caso dos trabalhadores que trabalham em ambiente de muito barulho. E esta hipersensibilidade se exacerba, sem qualquer dúvida, durante a semana do trabalho noturno. (SELIGMANN-SILVA, 1990, p. 24S).

Também foi significativo, nesse estudo, o isolamento do trabalhador em relação à família, às

vezes aprofundado pelo próprio cansaço e devido ao esforço em conter a irritabilidade. Mágoa e temor costumavam se mostrar presentes na dinâmica familiar. Repercussões das condições de trabalho revelaram-se também na vida do casal: "Os efeitos da fadiga crônica sobre o interesse e desempenho sexual fazem parte também da problemática aqui delineada, contribuindo para a frustração de ambos, marido e mulher." (SELIGMANN-SILVA, 1990, p. 26S).

Ainda de acordo com a autora acima mencionada, a vida familiar e afetiva também foi afetada por condições de trabalho ligadas a turnos alternados, conforme pesquisas desenvolvidas junto a bancários, metroviários e assalariados da área de informática. Entre outras queixas, muitas diziam respeito ao prejuízo do lazer familiar conjunto. Observou-se que o autocontrole emocional exigido no exercício das atividades profissionais, nessas outras áreas de trabalho, acarreta, com frequência, o extravasamento da irritação acumulada, no ambiente doméstico.

As pessoas que trabalham à noite vivenciam um cotidiano bastante diferente do restante da comunidade em termos da distribuição temporal de suas atividades. O trabalho realizado à noite ou nos fins de semana altera o padrão de horários ainda predominante em nosso meio social, representado pelo sono noturno, o trabalho diurno e o tempo livre após o trabalho e nos fins de semana.

Existe um valor subjetivo do tempo, que não é igual para todos. Segundo Rotenberg (2004), estudos revelam que os horários noturnos são os mais valorizados nas 24 horas do dia, e que os fins de semana são vistos como os melhores dias para usufruir a folga. O indivíduo que trabalha à noite ou no fim de semana muitas vezes "perde" seu tempo livre, pois este não coincide com os horários socialmente adotados para o lazer.

A personalidade da pessoa que trabalha, no que diz respeito aos aspectos relacionais, é algo

importante para a compreensão dos processos e relações atinentes ao trabalho noturno. Waterhouse e col. (1992 apud Rotenberg, 2004) concluíram que, dos 10% de trabalhadores que apreciam trabalhar à noite, há muitas pessoas com hábitos solitários. Neste caso, as vantagens econômicas e o lazer diurno podem significar, para tais pessoas, aspectos que compensem as dificuldades ou restrições favorecidas pelo trabalho noturno.

Em consonância com observações de Seligmann-Silva (1994), Rotenberg (2004) afirma que a não conciliação de horários e a necessidade de utilizar o tempo livre para se recuperar do desgaste do trabalho afetam o tempo e a qualidade da convivência com os membros da família, entre esses trabalhadores. Ao longo do tempo, esta condição tende a se intensificar, levando o trabalhador a dificuldades variadas, tais como as de prover companhia, apoio e proteção à família, como também para atuar como parceiro sexual. Existem dados reveladores de que, também, as relações de namoro ficam prejudicadas.

No âmbito das relações entre o adoecer e os problemas sociais dos trabalhadores, vale citar as percepções de Knutsson e Boggild (2000 apud Rotenberg, 2004), que identificaram associação entre as dificuldades no âmbito social e o estresse que, por sua vez, é um fator de risco para as doenças cardiovasculares.

O comprometimento com o trabalho noturno é concebido como outro fator que contribui para a adaptação a essa condição, e

pode se refletir, por exemplo, no grau de organização dos horários de sono e das refeições. Tal organização parece ser suficientemente importante para superar as expectativas de adaptação/tolerância baseadas no tipo cronobiológico, em traços da personalidade e em algumas características do ciclo vigília-sono, como mostram os resultados de Adams e col. (1986) em relação a profissionais de enfermagem, ressaltando o caráter ativo das

estratégias individuais. (ROTENBERG, 2004, p. 58).

Note-se que ainda não entramos nos agravamentos ou não à saúde, dependendo da interação entre colegas e da natureza do trabalho noturno.

Diferenças entre homens e mulheres quanto à adaptação ao trabalho noturno também são notadas, e têm sido consideradas provenientes das desigualdades no papel socialmente atribuído a homens e mulheres, e não a diferenças de cunho biológico. Para as mulheres, especialmente para as que têm filhos, a realização do trabalho doméstico tende a ser prioritária em relação às demandas de sono. Dessa forma, a reorganização da rotina diurna entre os que trabalham à noite tende a ser mais complexa para a mulher, quando comparada ao homem.

O conflito trabalho-não trabalho (ou seja, o conflito provocado pela dificuldade em conciliar o trabalho com o tempo disponível para atividades sociais, para a casa, esporte/lazer, família/amigos e tempo livre) mostrou-se maior quando não havia apoio social por parte do supervisor, em um estudo realizado com enfermeiras (Loudon e Bohle, 1997 apud Rotenberg, 2004). Quanto maior este conflito, maior a manifestação de sintomas psicológicos que, por sua vez, eram menores quando havia apoio social dos colegas e da família.

Os resultados desse estudo corroboram as idéias de que o apoio do meio social e doméstico mostra-se condição fundamental no sucesso das estratégias comportamentais dos trabalhadores para lidar com as dificuldades decorrentes do trabalho noturno.

A literatura científica consultada refere que as jornadas de trabalho não-diurnas causam desconforto e mal-estar em considerável parcela dos trabalhadores. Entre os problemas provocados, são citados com frequência os conflitos nas áreas social e doméstica, acima mencionados, e a dessincronização interna dos ritmos biológicos.

A saúde do trabalhador depende da sua qualidade de vida no trabalho e fora dele. As condições ambientais e organizacionais em que se desenvolvem as tarefas são fundamentais para a manutenção da saúde física e mental. Uma das variáveis, o controle no trabalho, influencia significativamente a saúde, tendo sido correlacionada a falta de controle no trabalho com problemas cardíacos. (KARASEK, 1981 apud FISCHER, 2004, p. 67).

Os sistemas de trabalho existentes nas empresas são relevantes para a determinação do nível de qualidade de vida dos trabalhadores. Características como número de equipes trabalhando, horários de entrada e saída do trabalho, duração das jornadas diárias e semanais, número de noites, tarde e fins de semana trabalhados, dias de férias anuais, possibilidades de trocas de horários de trabalho, flexibilização nas escalas de trabalho, fixação ou rodízio dos horários de trabalho, entre outras, vão favorecer mudanças mais rápidas ou lentas nos ritmos biológicos, assim como distintas possibilidades de harmonizar as atividades profissionais com outras, nas esferas doméstica e social. (Fischer, 2004)

Os especialistas em saúde ocupacional tiveram suas preocupações iniciais voltadas ao ambiente de trabalho. Posteriormente, passaram a se preocupar também com as influências da vida fora do trabalho na saúde dos trabalhadores. Segundo Fischer (2004), foi principalmente a partir da década de 90 que a expressão "saúde do trabalhador" tornou-se mais conhecida, simultaneamente a uma maior abrangência dos conceitos de saúde. Mendes e Dias (1991 apud Fischer, 2004, p. 68) explicam que

a "saúde do trabalhador" busca a explicação sobre o adoecer e o morrer das pessoas, dos trabalhadores em particular, através do estudo dos processos de trabalho, de forma articulada com o conjunto de valores, crenças, idéias, as representações sociais e a possibilidade de consumo de bens e serviços na "moderna civilização urbano-industrial".

Tanto o desempenho profissional quanto a segurança e a saúde do trabalhador são afetados pelas más condições de vida fora do trabalho, bem como pelos agravos enfrentados pelos trabalhadores em seu dia-a-dia. O trabalhador do turno noturno pode ser afetado por situações desfavoráveis em suas condições de vida, tais como: o ruído na residência; o longo tempo de transporte, e sua (má) qualidade, especialmente nas áreas metropolitanas; a violência nos centros urbanos; a terceirização de serviços (atingindo trabalhadores em todos os níveis especializados e não-especializados), muitas vezes com menores vencimentos e perda de benefícios sociais. (Fischer, 2004).

Um estado de saúde não é algo fixo e imutável, assim como são dinâmicos os processos de adaptação dos trabalhadores perante as situações de trabalho. Vale lembrar que, nessa dinâmica, há a interação, de modo contínuo, entre fatores biológico-comportamentais, psicossociais, grupais e do trabalho em si.

Um dos objetivos das investigações nesta área é a possibilidade de explorar e construir e/ou melhorar os modelos que explicam a inter-relação dos fatores causais, o "peso" da influência de algumas características individuais, domésticas, sociais e das condições de trabalho na manifestação de doenças. (FISCHER, 2004, p. 72).

Dentre os fatores sociais mencionados pelos autores já referidos, aqueles que dizem respeito ao funcionamento ou à dinâmica dos grupos ou equipes de trabalho ficaram geralmente subentendidos, ou pouco explícitos, nas proposições relativas ao relacionamento humano, em ambiente de trabalho. Pensamos que as inter-relações que se dão nos grupos merecem destaque, dentre os aspectos sociais do trabalho, uma vez que os vínculos que se estabelecem

e se constroem entre os trabalhadores ocorrem no âmbito grupal (uma unidade ou setor), cuja peculiaridade, quanto aos processos intersubjetivos ali gerados, pode ampliar nossa compreensão sobre os processos saúde/doença.

## **CAPÍTULO 2.**

### **GRUPOS: PROCESSOS INTERSUBJETIVOS NAS INSTITUIÇÕES**

Como ampliar nossa compreensão sobre o ser humano se não procurarmos compreendê-lo em suas relações com os outros de sua convivência? Com esta indagação, queremos reafirmar a importância do contexto social para a compreensão do humano. No capítulo anterior, procuramos destacar a relevância do trabalho na vida das pessoas, principalmente em suas relações com a questão da saúde nesse âmbito.

Neste capítulo pretendemos, tendo como "pano de fundo" as conexões trabalho x saúde, focar a temática das relações humanas nos grupos, nas organizações, buscando apresentar e articular recursos teóricos que formem uma base para nosso estudo, propiciando condições para nossa reflexão e análise do conteúdo obtido em conjunto com os participantes da pesquisa.

Concordamos com Pichon-Rivière (1991, p. 87) quando ele, referindo-se ao trabalho do psicólogo social, enfatiza sua tarefa de "descobrir certo tipo de interações que entorpecem o pleno desenvolvimento da existência humana", além de procurar identificar os fatores que contribuem para esse desenvolvimento.

Freud (1997, p. 25) identifica três fontes distintas para o sofrimento humano: o corpo; o mundo externo, as forças superiores da natureza; e os relacionamentos com os outros homens. Acrescenta que este último seja possivelmente o mais penoso pois não nos conformamos com a fonte social do sofrimento; não conseguimos perceber as razões que levam as regras estabelecidas por nós mesmos, a não significarem proteção e benefício para cada um de nós.

O trabalho, ainda segundo Freud, é uma atividade que leva o indivíduo a ligar-se à realidade, uma vez que lhe fornece um lugar efetivo em uma parte dela, ou seja, na comunidade humana.

Mostra-se como algo fundamental à preservação e justificação da vida em sociedade, pois, para o trabalho profissional e para os relacionamentos humanos a ele vinculados, pode ser deslocada "uma grande quantidade de componentes libidinais, sejam eles narcísicos, agressivos ou mesmo eróticos." (FREUD, 1997, p. 29)

Se, como afirma Fernandes (1999), o trabalho converteu-se em instituição, tornando-se um organizador psíquico, um elemento fundamental para a estruturação psíquica, cabe perguntar e explorar que formas de subjetividade/intersubjetividade têm decorrido das grandes transformações que se apresentam no mundo do trabalho. A esse respeito, podemos observar que

os efeitos de subjetivação estão aí expressos. Ansiedade de não se estar à altura, de enganar-se, de não ser bem sucedido, de não ser suficientemente criativo, de não conhecer o que se faz etc. O mundo dos vencedores torna-se o mundo da exclusão: quem tem emprego teme perdê-lo; quem não o tem já está excluído. (FERNANDES, 1999, p. 44).

A ideologia do sucesso, tão enfatizada em nossa sociedade, requer, para sua manutenção, um complemento necessário no campo psíquico, como a vergonha. Os que experimentarem sensações de fragilidade e sofrimento serão, decerto, os "derrotados"; por outro lado, os "vitoriosos" deverão revelar sentimentos de grandiosidade e de desprezo narcisista.

Assim, para que se formem empregados e organizações "vitoriosos", as pessoas vivem, nestas últimas décadas, uma época de enormes exigências, não somente em termos de desempenho ou competência, mas também em termos de conduta e atitudes, como por exemplo a demanda de comprometimento. Heloani chama nossa atenção para a tentativa das organizações, de fazer com que organização e indivíduo tenham uma mesma identidade, de levar a criatura

(trabalhador) a uma espécie de fusão com o criador (empresa). "Se por um lado as organizações exigem uma racionalidade quase cartesiana de quem as administra, por outro impõem uma fé quase religiosa por parte de seus funcionários." (HELOANI, 1997, p. 149) Na visão desse autor, esse esforço organizacional para obter essa "identidade forçada" visa ocultar alguns dos problemas fundamentais de nossa época, tais como: o crescimento da produtividade que, no Brasil, bem ocorrendo por redução de mão-de-obra, e não pelo crescimento da produção; as pressões adicionais sobre a fisiologia do trabalhador, provocando considerável sofrimento, por uma falta de investimentos em novos equipamentos ergonômicos etc. Mostra-se freqüentemente uma *dupla mensagem*, que faz parte de uma lógica inversa e perversa - a lógica do capital e da sedução.

Quando a organização ordena: envolva-se, dedique-se, aproxime-se de mim, ao mesmo tempo está implicitamente sinalizando para a possibilidade da demissão numa Reengenharia, *Downsizing*, etc, e quanto mais o trabalhador se envolve afetivamente, mais medo acaba tendo da perda, da perda do emprego, da perda do trabalho, da perda dos colegas e amigos - *perda afetiva*. E quanto maior o medo, maior a dedicação e maior (às vezes) a sensação de exploração. (HELOANI, 1997, p. 150).

Esse panorama nos dá uma noção das formas como podem estar sendo afetadas as vidas das pessoas no interior das organizações. Neste estudo, nossa ênfase maior é nos grupos que formam as organizações, compreendendo que o grupo é um lugar privilegiado para se investigar a intersubjetividade produzida nesse contexto. Uma das bases de nosso ponto de vista está em Pichon-Rivière (1991, p. 174), para quem o ser humano é "um ser de necessidades, que só se satisfazem socialmente em relações que o determinam. O sujeito não é

só um sujeito relacionado, é um *sujeito produzido* em uma práxis. Nele não há nada que não seja a resultante da interação entre indivíduo, grupos e classes."

Pichon-Rivière coloca desde o início a necessidade de complementar a investigação psicanalítica com a investigação social, que orienta em uma tríplice direção: psicossocial, sociodinâmica e institucional. Aborda o homem concebendo-o em uma só dimensão, a humana; mas ao mesmo tempo concebe a pessoa como uma totalidade integrada por três dimensões: a mente, o corpo e o mundo exterior (áreas 1-2-3), que integra dialeticamente. (TARAGANO, 1991, p. 12).

Procuramos suporte também em um pesquisador e psicanalista contemporâneo, Eugène Enriquez, que traz uma argumentação importante sobre por que utilizar a psicanálise para a reflexão a respeito das organizações, propondo

simplesmente situar em seu justo lugar e fazer funcionar os fatores não mais disfarçados ou latentes, mas sim os *fatores inconscientes* na vida social. Inconsciente (nunca é demais repetir) não significa desconhecido ou não exprimível, mas designa os fenômenos que, mesmo marcados, atuam com uma força e uma intensidade indomáveis e cujos efeitos sobre as condutas persistem, ainda que as causas tenham desaparecido, e que sobretudo obedecem a um *lógica própria*; nela reinam os processos primários, as pulsões sexuais, o princípio do prazer e não os processos secundários, as pulsões do eu, e o princípio da realidade. (ENRIQUEZ, 1997, p. 26).

Neste ponto desta exposição, vale apresentar os referenciais teóricos por nós adotados sobre conceitos que se aproximam e se articulam com frequência: organização, instituição e grupo. Bleger (1989, p. 94) apresenta sua concepção de *organização* em termos de uma distribuição

hierárquica de funções que se efetuam geralmente em uma área ou espaço delimitado, como um edifício, por exemplo. Quanto a *instituição*, define-a como o conjunto de normas, padrões e atividades que se estabelecem em torno de valores e funções sociais.

Para os fins deste estudo, adotamos a diferenciação entre esses dois termos, da forma proposta por Bleger. Todavia, empregamos o termo *instituição* também para nos referirmos a determinado tipo de organização, no qual se enquadra a entidade onde se efetuou nossa pesquisa, conforme a seguinte aceção de *instituição*:

organização de caráter público ou semipúblico que supõe um grupo diretório e, comumente, um edifício ou estabelecimento físico de alguma índole, destinada a servir a algum fim socialmente reconhecido e autorizado. A esta categoria correspondem unidades tais como os asilos, universidades, orfanatos, hospitais etc. (FAIRCHILD apud BLEGER, 1984, p. 37)

Outras definições, que de alguma maneira complementam ou ampliam nossa compreensão sobre tais conceitos, são apresentadas a seguir.

Enriquez (1997, p. 37) sintetiza sua concepção de *organização* apresentando-a como um sistema cultural, simbólico e imaginário. Defende que as organizações "sempre afirmaram determinados valores, trataram de dar sentido à ação de seus membros, sendo sempre o lugar de projeção de fantasmas individuais e coletivos e sempre tentaram colher as pessoas nas malhas do imaginário que elas propõem." Chama a atenção para uma diferença nas organizações, não somente as empresas, de nosso tempo:

tratam, consciente e voluntariamente, de construir tais sistemas a fim de modelar os pensamentos, induzir os comportamentos indispensáveis à sua

dinâmica. Se elas são levadas a proceder assim, isto é porque buscam converter-se em verdadeiras microssociedades que sejam ao mesmo tempo comunidades: em uma palavra, elas visam a substituir a identificação com a nação e com o Estado pela identificação com a organização que se torna assim o único sagrado transcendente ao qual é possível se referir e se crer.

Assim sendo, a organização consegue imprimir sua marca sobre o pensamento e sobre o aparelho psíquico, de tal modo que seus colaboradores se integram na "cultura" que ela propõe e impõe, e desenvolvem sua motivação para contribuir na realização dos objetivos organizacionais.

Para Rouchy e Desroche (2005), valores provenientes de diferentes instituições tomam forma e atualizam-se em organismos ou estabelecimentos, fundando a organização. Valores *instituintes* dão origem a um estabelecimento comercial, uma escola, um hospital etc., que se constituem em espaços onde irão se atualizar as estruturas e os conflitos de valores de diferentes campos.

Deve-se, portanto, distinguir aquilo que é "fundador", "instituinte", isto é, os valores de que são portadoras as instituições, dos sistemas que lhes dão forma. Falar simplesmente em instituição faz com que desapareça o que dá origem às estruturas do trabalho cotidiano e dá sentido às relações habituais. (ROUCHY; DESROCHE, 2005, p. 16).

Segundo esses mesmos autores, a interiorização, pelos indivíduos, dos valores da organização a que pertencem, coloca a necessidade, para qualquer intervenção de cunho psicossocial, de considerar não somente a estrutura da organização, mas sim o modo com que ela foi interiorizada pelos profissionais, uma vez que a estrutura acaba por fazer parte dos próprios indivíduos.

O pensamento de Bleger envolvendo relações entre indivíduo, grupos, organizações, instituições é similar ao de Rouchy e Desroche. Aquele autor apresenta uma concepção de grupo que vai além do foco sobre a interação entre as pessoas que formam determinado conjunto; "o grupo é, fundamentalmente uma sociabilidade estabelecida sobre um fundo de indiferenciação ou de sincretismo, no qual os indivíduos não têm existência como tais e entre eles atua um transitivismo permanente". (BLEGER, 1989, p. 87) Ainda Bleger (1989, p. 94) elabora uma interessante síntese que articula esses conceitos: "O grupo é sempre uma instituição muito complexa, ou melhor, é sempre um conjunto de instituições, mas ao mesmo tempo tende a estabilizar-se como uma organização, com padrões fixos e próprios."

As organizações, conforme esse autor, passariam, no decorrer de sua existência, a deixar em segundo plano os objetivos explícitos para os quais foram criadas, privilegiando a busca da própria perpetuação. Isto ocorreria principalmente para manter a clivagem, a deposição e a imobilização da sociabilidade sincrética (ou parte psicótica do grupo), ao mesmo tempo que protegeria a estereotipia dos níveis de interação.

É muito relevante a perspectiva de Bleger, que mostra a imbricação entre indivíduo, grupo e organização, deixando clara a dificuldade para a abordagem em separado de cada uma dessas instâncias; simultaneamente, ilumina as possibilidades de análise das relações humanas nas organizações:

Em nossas teorias e categorias conceituais, contrapomos indivíduo a grupo e organização a grupo, do mesmo modo como supomos que os indivíduos existem isolados e se reúnem para formar os grupos e as organizações. Tudo isto não é correto e é herança das concepções associacionistas e mecanicistas. O ser humano antes de ser pessoa é sempre um grupo, mas não no sentido de que pertence a um grupo, mas sim de que sua

personalidade é o grupo. (BLEGER, 1989, p. 97).

Compreendemos, com Bleger, que grande parte da tendência à burocracia, bem como da resistência à mudança, é devida à deposição da sociabilidade sincrética ou da parte psicótica da personalidade nas organizações e instituições.

Bleger (1975, p.73) desenvolve também os conceitos de simbiose e ambigüidade, os quais contribuem para a compreensão de determinados aspectos do funcionamento grupal:

A simbiose é assim uma relação na qual se mantém imobilizado e controlado um objeto aglutinado. A relação de dependência na simbiose se caracteriza por uma interdependência grupal em que se reconhecem papéis fixos e complementares mas com indiferenciação dos depositários desses papéis; os papéis podem rodiziar ou alternar também movendo-se em bloco em uma redistribuição.

E, em outro momento, o autor citado explica a simbiose utilizando sua relação com as partes maduras e imaturas da personalidade:

A simbiose é uma estreita interdependência entre duas ou mais pessoas que se complementam para manter-se controladas, imobilizadas e, em certa medida, satisfeitas as partes mais imaturas da personalidade, que exigem condições que se acham dissociadas da realidade e das partes mais maduras ou integradas da personalidade. Esta parte imatura e mais primitiva da personalidade fica segregada do eu mais integrado e adaptado, e configura um todo com certas características que me le varam a reconhecê-lo como o núcleo aglutinado da personalidade. Esta segregação deve ser rigidamente mantida porque, caso contrário, pode-se produzir a segregação psicótica. (BLEGER, 1975, p. 83).

Dada a indissociabilidade, do ponto de vista blegeriano, entre indivíduo e grupo, entendemos que sua explanação a respeito de ambigüidade, embora se apresente dirigida à identidade ou organização do eu, aplica-se também à questão do grupo:

Podemos dizer que a ambigüidade se define por: a) um tipo peculiar de identidade ou de organização do eu, que se caracteriza por coexistir uma multiplicidade de núcleos que não se integraram e que, portanto, podem coexistir e alternar-se, sem que para o sujeito isso implique confusão ou contradição; b) cada núcleo deste "eu granular" se caracteriza, em si mesmo, por uma falta de discriminação eu-não eu, ou, para dizê-lo em termos positivos, por uma organização sincrética. Podemos sintetizar ambas características como próprias de um eu (ou de uma identidade) muito primitiva ou muito regressiva. (BLEGER, 1975, p. 169).

Fenichel (apud Bleger, 1975, p. 238) escreveu: "Sem dúvida, as estruturas individuais criadas pelas instituições, ajudam a conservar essas mesmas instituições". Pode-se dizer que as instituições funcionam sempre (em grau variável) como os limites do esquema corporal e o núcleo fundamental da identidade, indo além da interação indivíduos-instituições.

O desenvolvimento do eu (na análise, na família, em qualquer instituição), depende da imobilização do não-eu. Esta denominação de "não-eu" nos induz a pensar nele como algo inexistente, mas que é de existência real, e tanto, que é o "meta-eu" do qual depende a possibilidade de formação e manutenção do eu: sua própria existência. Daqui podemos dizer que a identidade depende da forma em que é mantido ou manejado o não-eu. (BLEGER, 1975, p. 243).

A contribuição de Pichon-Rivière para o estudo e a compreensão dos grupos, das relações humanas, da intersubjetividade que neles se põem em movimento, é muito significativa para compor o quadro teórico-metodológico que dá suporte ao presente trabalho. Sua proposta de

um *esquema conceitual referencial e operativo (ECRO)* é representativa de sua proposta interdisciplinar, que agrega contribuições de diferentes disciplinas, na medida em que sejam pertinentes ao esclarecimento do objeto de estudo. Tais contribuições foram colhidas principalmente do materialismo dialético, do materialismo histórico, da psicanálise, da semiologia e das contribuições daqueles que trabalham em uma interpretação totalizadora das relações entre estrutura sócio-econômica e vida psíquica.

Adotamos como instrumento primordial de trabalho, de tarefa e investigação, a técnica operativa do grupo, partindo da hipótese de que o grupo é uma estrutura básica de interação, o que a converte de fato em unidade básica de trabalho e investigação.

Definimos o grupo como o conjunto restrito de pessoas, ligadas entre si por constantes de tempo e espaço, e articuladas por sua *mútua representação interna*, que se propõe, de forma explícita ou implícita, uma tarefa que constitui sua finalidade. (PICHON-RIVIÈRE, 1989, p. 177).

Outra contribuição pichoniana, a qual consideramos importante agregar em nosso texto, é a que se refere aos processos de assunção e atribuição de papéis nos grupos, que fornecem recursos para a reflexão sobre a criação e manutenção de laços, de vínculos entre os indivíduos.

Na vida de relação sempre assumimos papéis e adjudicamos papéis aos outros. Em condições normais, cada um de nós deve poder assumir vários papéis ao mesmo tempo. [...] Estabelece-se um permanente interjogo entre o assumir e o adjudicar. Todas as relações interpessoais em um grupo social, em uma família etc., são regidas por um permanente interjogo de papéis assumidos e adjudicados. Isto é, precisamente, o que cria a coerência entre o grupo e os vínculos dentro do grupo. (PICHON-RIVIÈRE, 1989, p.

Em um trajeto que vai da psicanálise à psicologia social, Pichon-Rivière parte das relações de objeto estudadas pela psicanálise em direção a uma concepção que articula vida psíquica (mundo interno) e vida social (mundo externo):

A teoria dos papéis baseia-se na teoria das relações de objeto. As relações de objeto são estruturas nas quais estão incluídos um sujeito e um objeto estabelecendo uma relação particular entre eles. Denominamos vínculo a esse conjunto, a essa estrutura especial. O conceito de vínculo é operacional, configura uma estrutura de relação interpessoal que inclui, como já dissemos, um sujeito, um objeto, a relação do sujeito frente ao objeto e a relação do objeto frente ao sujeito, cumprindo os dois uma determinada função. Por isso, à idéia de um papel individual temos que agregar o conceito de papel do vínculo configurando uma estrutura social mais integrada. (PICHON-RIVIÈRE, 1989, p. 128).

Para Rouchy e Desroche (2005, p. 23), o grupo pode ser considerado o elo perdido que possibilita dar conta de modo rigoroso da passagem do singular ao coletivo, e inversamente. A passagem entre o intrapsíquico e o social, entre o indivíduo e a organização, entre a representação pré-consciente e a representação social, entre o imaginário e a realidade, opera-se no e pelo grupo. Existem assim espaços intermediários entre o sujeito e a instituição, o pertencimento ao grupo e a organização que sustenta a construção psíquica em relação com a realidade.

Para a análise dos processos inconscientes nas relações entre indivíduos, grupos, organizações, instituições e valores sociais, o lugar do grupo de pertencimento como objeto real e objeto fantasmado é um conceito central. O grupo abre novas possibilidades para a compreensão e a análise do modo com que os valores instituintes, sem qualidade formal nem

temporal, atualizam-se e estruturam-se por meio de sistemas organizados, num determinado tempo, e como são interiorizados pelas pessoas que aí trabalham por processos e mecanismos de identificação que integram a constituição das diferentes identidades profissionais. Há uma

imbricação fundamental dos valores instituintes, dos sistemas de organização, dos grupos e do indivíduo. Essa imbricação e essa articulação constituem um problema e são interessantes para se analisar. Não existe indivíduo sem grupo interno; grupo sem indivíduo; nem sistema organizado sem grupo, um e outro portadores dos valores instituintes. (ROUCHY; DESROCHE, 2005, p. 31).

Outro ponto a destacar, na abordagem desses autores, refere-se aos conflitos existentes nos grupos, que podem despertar formações conflituais do inconsciente. Reativados, conflitos internos podem levar à repetição ou reprodução de elementos traumatizantes da história de cada indivíduo, provocando sofrimento, mal-estar. Os conflitos inter e intra-grupos muitas vezes dissimulam e revelam conflitos intrapsíquicos e os grupos internos em cada sujeito. (Rouchy, Desroche; 2005).

A vida nos grupos (familiares, escolares, profissionais, de amizade) é essencial para a estruturação da psique, para o processo de identificação e para a elaboração de uma identidade ao mesmo tempo singular e coletiva. Num sistema organizado, o "eu" existe certamente numa relação de si a si, mas se constitui também no olhar de outrem, e está situado num certo lugar na rede grupal. (ROUCHY; DESROCHE, 2005, p. 34).

Ainda segundo esses dois autores, algumas pessoas só podem existir em grupos que as contêm. Trata-se da experiência do grupo primário que se desloca para grupos de

pertencimento secundário com maior ou menor grau de pertinência. *Mas esse deslocamento é indispensável para o equilíbrio psíquico.*

A seguir, discorreremos sobre a questão do grupo e, principalmente, dos processos intersubjetivos, com base no pensamento de René Kaës que, a nosso ver, traz elementos essenciais para a análise que se pretende neste estudo.

Kaës (1997) recorre a Freud para ressaltar a importância do estudo do grupo para a compreensão do ser humano. O pensamento freudiano explicitaria dois objetivos para o que foi chamado de psicologia das massas, psicologia social ou psicologia dos grupos. O primeiro refere-se ao estudo da realidade psíquica própria das formações intersubjetivas, transindividuais e societárias: grupos restritos de familiares, conjuntos numerosos e indiferenciados dos grupos, associações e sociedades institucionais. A hipótese de uma realidade psíquica específica a essas formações seria o fundamento desse estudo, de algum modo expressada nos conceitos de psique de massa ou psique de grupo. O segundo objetivo diz respeito ao estudo do sujeito considerado na sua singularidade, na qualidade de parte constituinte e interessada de um conjunto (ou de vários tipos de conjunto): intersubjetivo, transindividual, societário.

É preciso fazer referência ao que se pode entender por *grupais*. Nos grupos formam-se *espaços psíquicos grupais* (continentes, superfícies, cenas, depósitos, enclaves, limites, fronteiras...) engendrados pelas contribuições dos membros do grupo, pela ligação dessas contribuições, pelo que deve ser criado ou suscitado pelo próprio fato de o grupo existir independentemente de seus constituintes singulares.

As estruturas da realidade psíquica individual, especialmente as formações da grupalidade intrapsíquica, servem de base para a formação da realidade psíquica do nível do grupo. O

agrupamento impõe exigências de trabalho psíquico comandadas por sua organização, manutenção, sua lógica própria. Isso leva a formações e processos psíquicos que podem ser denominados grupais na medida em que somente são produzidos pelo agrupamento. Assim, o grupo deve ser pensado como o aparelho dessa transformação da matéria psíquica, o lugar de sua transmissão.

A compreensão da concepção de Kaës sobre grupo amplia-se e torna-se mais clara ao considerarmos as relações que ele estabelece entre sonho e grupo:

O grupo é como um sonho porque ele é o lugar da realização de desejos inconscientes e, através deles, da manifestação dos efeitos do inconsciente. O ponto de vista que sustento é que essa realização e essa manifestação produzem-se em dois espaços psíquicos articulados: no sujeito singular e no grupo, constituído como espaço de uma realidade psíquica própria, irreduzível à dos sujeitos considerados isoladamente." (KAËS, 2005, p. 157).

Proponho estabelecer que o espaço psíquico dos grupos, nos quais se produzem e se enunciam os sonhos, seja ele mesmo um espaço onírico. Ampliando ainda mais o campo, podemos considerar que este tecido onírico do grupo seja, apenas, uma versão do fundamento onírico do vínculo intersubjetivo.

Para sustentar essa proposta, buscarei apoio na tese de D. Anzieu (1966), quando este estabelece a analogia do grupo e do sonho. O grupo é, *como* o sonho, o meio e o lugar da representação imaginária dos desejos inconscientes de seus membros. (KAËS, 2005, p. 156).

Existe uma pluralidade de formas, conteúdos e processos psíquicos que se conjugam no espaço psíquico individual, no espaço psíquico interindividual e no espaço psíquico de grupo.

Para que se realize a análise do grupo, é preciso tratar da articulação entre sistemas psíquicos complexos, regidos por níveis de organização e de funcionamento heterogêneos. Todavia, há continuidades entre as formações e os processos de um espaço psíquico para outro.

A idéia de um entrelaçamento psíquico intersubjetivo é correlata de outra que se refere a uma estrutura da psique na intersubjetividade, sendo o aparelho psíquico constituído de lugares e processos que contêm ou introjetam as formações psíquicas de mais de um outro num feixe de traços, marcas, vestígios, emblemas, signos e significantes, que o sujeito herda, recebe e deposita, transforma e transmite. (FERNANDES, 2003, p. 50).

O que diz respeito ao sujeito qualifica-se de *subjetivo*, conforme dois componentes: a lógica dos lugares ocupados num conjunto de objetos psíquicos e a atividade de representação- interpretação que o sujeito efetua quanto à sua relação com esses lugares.

Kaës propõe um trabalho teórico que focaliza o sujeito psíquico, o sujeito do inconsciente enquanto tal, de forma que se faz necessário considerar seu lugar nos espaços inter e transsubjetivos. Deixa claro que o foco não é o sujeito social, no sentido em que ele se define por sua submissão à ordem dos processos e das funções sociais.

"O conceito de grupo intersubjetivo designa uma configuração de vínculos suficientemente estável, permanente e significativa entre os sujeitos singulares." (KAËS, 1997, p.103). Tal configuração se forma a partir de características que contribuem para a busca do equilíbrio entre sua estabilidade e seu movimento: traços de semelhança entre os sujeitos são geradores de identificações comuns, de representações partilhadas, de processos utilizados por várias pessoas. Pode-se dizer que esses traços costumam reforçar os vínculos entre os sujeitos e a coesão do grupo. Já os traços de diferença tendem a gerar antagonismos e

complementaridades, tornando possíveis os intercâmbios, as trocas de lugares e de investimentos. Para a organização, a economia e a dinâmica dos vínculos e do grupo enquanto tal, é necessária a combinação desses dois tipos de traços.

O grupo constitui um paradigma teórico e metodológico apropriado à análise dos vínculos intersubjetivos, de acordo com Kaës (1997), por diversas razões:

- o grupo é uma forma e uma organização das relações intersubjetivas relativamente simples.

O tamanho do conjunto (mais de dois indivíduos, menos de quinze) torna possível a percepção mútua, o investimento recíproco, as representações e as identificações comuns entre os sujeitos que o constituem.

- em razão de sua morfologia, de suas propriedades estruturais, mas principalmente por causa dos processos e formações psíquicas que mobiliza e impõe, o grupo é uma organização intersubjetiva para a qual se transportam e na qual se transformam relações de objeto, identificações, complexos, imagos, fantasmas e mecanismos de defesa, certos significantes e certas representações que primeiro se formaram em cada sujeito através dos vínculos que o uniam ao grupo familiar primário ou àquilo que para ele ocupou seu lugar e função.

São esses vínculos intersubjetivos primários e esses sistemas de ligações internas, dos quais alguns constituem dados estruturais da psique, que cada sujeito transporta para os grupos secundariamente constituídos, desde a infância, numa relação de *continuidade* ou de *ruptura* com o grupo (familiar) primário. Por isso, todo grupo secundário, contingente portanto, está para seus sujeitos numa relação de *homologia* e de *distância* em relação ao grupo (familiar) primário. Reciprocamente, todo grupo primário está numa relação de proximidade e de diferença com os grupos secundários, contingentes, organizados segundo modos diferentes do bando, da horda, da equipe, da instituição ou da turba indiferenciada.

- o agrupamento, enquanto reunião de sujeitos, remete a ligações psíquicas para cada um de seus sujeitos. O grupo é o paradigma do conjunto intersubjetivo no qual se constitui essa parte de cada um que o faz tornar-se sujeito de uma malha de outros. Nascemos para o mundo como membros de um grupo, ele próprio encaixado em outros grupos e com eles conectado. Nascemos elos no mundo, herdeiros, servidores e beneficiários de uma cadeia de subjetividades que nos procedem e de que nos tornamos contemporâneos: seus discursos, sonhos, os recalques que herdamos, a que servimos e de que nos servimos, fazem de cada um de nós os sujeitos do inconsciente nascidos desses conjuntos, partes constituídas e constituintes desses conjuntos.

O que o grupo põe em questão poderia formular-se como a exigência de trabalho psíquico que impõe à psique: sua ligação necessária com o *grupal* e não apenas com o *corporal*.

- o que faz manter juntos cada um dos sujeitos no grupo, nas suas relações intersubjetivas e em suas relações com o "grupo" deve, efetivamente, ter adquirido primeiro *valor positivo e peso determinante* de uma realidade psíquica que os envolveu, conteve-os e nutriu, trabalhou-os através de rejeições e proibições a eles dirigidas. Certos conteúdos e certas modalidades do recalque adquiriram esse valor e esse peso em vista da parte que cabe ao inconsciente do outro e, fundamentalmente, de mais de um outro no grupo primário familiar. Disso derivam identificações comuns, enunciados e discursos partilhados, fundadores, para o sujeito e para aqueles com quem está ligado, ideais comuns, sem os quais nenhum agrupamento é possível, nenhuma sublimação se produziria.

- essas formações e processos psíquicos *no* conjunto são regidos conjuntamente por uma lógica do conjunto e pela lógica dos processos individuais: são formações que chamamos de *alianças inconscientes*. Temos de levar em consideração seus efeitos nas funções

recaladoras, na formação da recusa e da negação. Precisamos compreender como tudo isso se produz e se mantém sob o efeito conjunto das exigências da realidade intrapsíquica e, simultaneamente, da realidade psíquica do grupo e dos vínculos que aí se estabelecem. O grupo mantém-se junto pelo jogo da realidade psíquica por ele produzida, que ele gera, mantém, transforma ou abandona (pela participação inconsciente de seus sujeitos).

"Todos esses motivos sustentam a escolha do grupo como forma paradigmática apropriada à análise dos efeitos do inconsciente nos pontos de enlace das relações do sujeito singular com os conjuntos intersubjetivos." (KAËS, 1997, p. 107).

O nível da *realidade interpsíquica* descreve as relações, e seus efeitos, entre os aparelhos psíquicos sob dois aspectos complementares: o primeiro diz respeito à formação dos aparelhos psíquicos, o segundo à formação do espaço específico gerado por suas relações. A intersubjetividade descreve e interpreta os locais correlativos dos sujeitos nas suas relações imaginárias, simbólicas e reais. O espaço do grupo familiar (ou mais genericamente, o grupo primário) é o espaço originário da intersubjetividade, enquanto precede o sujeito singular, enquanto estruturado por uma lei constitutiva e enquanto seus elementos estão nas relações de diferença e complementaridade.

O nível de realidade transpsíquica descreve as formas e os processos psíquicos solicitados e criados nos espaços de multidão ou de massa, mas também nas organizações institucionais.

O nível transpsíquico é especificamente aquele em que se enlaçam os vínculos entre cada um e o conjunto, nos seus valores e suas funções psíquicas (narcísico, de apoio, de defesa, de significância, de depósito, de contenção). Esses enlaces constituem pois o pano de fundo dos espaços *interpsíquicos*. O espaço transpsíquico é aquele em que se efetuam os depósitos das formações da psique rejeitados pelo Eu para fora do espaço

intraprésiquico. Uma forma de continuidade intra/trans e de comunidade entre depositante, depositado e depositário estabelece-se, portanto, nesse espaço, que recebe assim a função de um quadro ou de um metaquadro. (KAËS, 1997, p. 111).

Os conceitos de contrato narcísico e, mais genericamente, de alianças inconscientes, descrevem as formações transubjetivas. Esses vínculos de comunidade de pertinência, de interpretação, de representação, de crença, de certeza, são mantidos por investimentos psíquicos recolhidos de seus sujeitos, que, em troca, aí encontram seus parâmetros identificatórios, e antes de tudo, as funções de identificação com o humano, com a comunidade do pertencer à espécie, fundamento do apoio narcísico originário.

É pelo uso feito de dispositivos pertencentes aos espaços transpsíquicos, que se manifesta a qualidade *transubjetiva*, permitindo reconhecer o que, em cada sujeito, faz parte da comunidade da herança, das identificações, dos conflitos e das exigências de trabalho psíquico, que implica o pertencer a conjuntos institucionais.

Fica claro, então, que muitos níveis da complexidade psíquica são mobilizados nos grupos. Segundo Kaës (1997), entre os espaços intra, inter e transpsíquicos, as relações não são ordenadas de maneira unívoca, de tal modo que cada um pode constituir para o outro, ou para os outros, um pano de fundo sobre o qual ele se perfila. Enfatiza-se assim, apesar da heterogeneidade desses espaços, a continuidade da circulação psíquica, suas transformações e disfarces, suas representações-delegações de um espaço a outro.

As diversas correntes de trabalho psicanalítico em situação de grupo recorrerão, no início dos anos 70, à noção de grupo e de famílias internas (E. Pichon-Rivière, S. Resnik, R. Kaës) para esclarecer a articulação entre certas estruturas intrapsíquicas e os arranjos intersubjetivos que as revelam nos grupos. Entretanto, o conceito será distinto em seu grupo teórico e em

seu valor explicativo, segundo a orientação das pesquisas: o conceito ocupará uma posição bem central, mas numa inflexão tributária ainda da corrente psicossociológica no caso de E. Pichon-Rivière, que pensa em termos de papéis e de status; será relativamente lateral e marcado pelas opções kleinianas de S. Resnik; adquirirá um valor central e se fundamentará nas bases freudianas em minhas próprias pesquisas. No estado presente de todas essas explorações é difícil propor uma teoria homogênea da grupalidade psíquica. (KAËS, 1997, p. 128).

Também é relevante para nossa pesquisa a categoria de *intermediário*.

Formações intermediárias fazem uma ponte e uma separação entre as formações intrapsíquicas; cumprem diversas funções de ligação, de deslocamento, de fixação, de condensação, de para-excitações, de delegação. Adquirem muitas vezes a estrutura e a função das formações de compromisso. (KAËS, 1997, p. 109).

Neste âmbito, Kaës articula suas idéias com as de Freud que, em “O mal-estar na civilização”, aponta o sofrimento de origem social como uma das formas significativas de sofrimento. Para Kaës (1997), tal sofrimento estaria ligado à insuficiência das instituições e de suas funções intermediárias e mediadoras. A comunidade exige a renúncia à satisfação direta das pulsões e, em troca, garante a cada um a segurança necessária à formação do pré-consciente, ao trabalho do pensamento e à manutenção dos vínculos. Todavia, esses não são processos infalíveis.

O caráter ambivalente da formação intermediária é destacado por Fernandes (2005, p. 130): "participa, ora de um processo de estruturação a serviço de novos laços integradores (Eros), ora a serviço de um processo de desestruturação e de paralisia na atividade de ligação: morte

psíquica e ataque ao elo, à ligação (Thanatos)."

Outro conceito a destacar, dentre os apresentados por Kaës, é o de *pacto denegativo* como modalidade do vínculo. Ele possui duas polaridades: uma é organizadora do vínculo e do conjunto transubjetivo, a outra é defensiva. Ao abordar a polaridade defensiva do pacto denegativo, Kaës (1997) refere-se a uma organização negativa em termos de renúncia, sacrifício, apagamentos, rejeição e recalques. Na presente pesquisa, acreditamos que a possibilidade de existência de pactos denegativos entre os membros de um grupo de trabalho é um aspecto importante, principalmente com essa qualidade defensiva, pois isso sugere a dificuldade ou a impossibilidade de formas de elaboração de conflitos intersubjetivos para a sustentação do vínculo, o que poderia gerar agravos à saúde.

"Entre os conceitos mais ricos no plano clínico, Kaës concebeu o de 'pacto denegativo' que nos permite considerar, com o 'contrato narcísico', uma das modalidades pela qual se opera a passagem do instituinte para o instituído." (ROUCHY; DESROCHE, 2005, p. 253).

As seguintes proposições de Kaës e de Enriquez focalizam a instituição, o sofrimento e manifestações psicossomáticas de seus integrantes. Pensamos que esses temas se articulam à questão do grupo e da intersubjetividade acima abordados, complementando-a de modo a constituir, com maior amplitude, nosso referencial teórico.

Kaës (1991, p. 22) cita a impossibilidade do exercício do pensamento como uma das conseqüências de desorganizações nas instituições.

Nesse marasmo onde surgem pontos de criação, ora sustentados pelo imaginário utópico, ora situados fora da história pela função do ideal, fazemos a experiência da loucura comum, da nossa parte louca escondida nos meandros da instituição: massividade dos afetos, discussão obnubilante e repetitiva de idéias fixas, paralisia da capacidade de pensamento, ódios

incontroláveis, ataque paradoxal contra a inovação nos momentos de inovação, confusão inextricável dos níveis e das ordens, sincretismo e ataques concentrados contra o processo de ligação e de diferenciação, acting e somatização violentas.

Esse autor relaciona as questões do agir psicossomático e do agir ideológico entre si, explicitando que, em geral, um surge pela falta do outro. Reformar ou reformular situações ou procedimentos, segundo Kaës, pode ter a conotação de refundar, o que equivaleria a destruir a comunidade institucional, na fantasia. Nessas situações indecisas, um dos dois recursos (psicossomático ou ideológico) tende a ser utilizado.

A ideologia é uma das defesas contra a mudança catastrófica; no entanto, ela é inevitável, e acaba se produzindo um desmoronamento que obriga a uma mudança vital: agora conhecemos melhor os efeitos das rupturas ideológicas para os sujeitos singulares e para os grupos, a ressurgência inicialmente impensável das angústias paranóides muito profundas, os recursos delirantes ou psicossomáticos que constituem as suas saídas, contra as quais a ideologia até então havia protegido, com o apoio da gestão grupal dos mecanismos de defesa contra a mudança catastrófica. (KAËS, 1991, p. 56).

Enriquez aborda um outro lado do sofrimento psíquico vivenciado em instituições, revelando que estas às vezes mostram-se aptas a receber indivíduos que sofrem e, ao mesmo tempo, contribuem para o sofrimento de outros integrantes da própria instituição. Essas pessoas,

quando não têm necessidade da instituição terapêutica ou formativa, quando não sentem falhas na sua carapaça, contentam-se em viver como mortos-vivos e em fazer com que os que as rodeiam, a sua família e os seus subordinados, paguem pelo seu estado de renúncia pulsional erótica.

(ENRIQUEZ, 1991, p. 83).

Segundo esse autor, as organizações ou instituições buscam imprimir a sua marca peculiar sobre o corpo, o pensamento e a psique de cada um dos seus membros. Por serem sistemas culturais, simbólicos e imaginários, apresentam-se como conjuntos englobantes, que favorecem a construção de indivíduos para a sua devoção, na medida em que consigam levá-los a percebê-las como pólo ideal, e que se tornem mesmo obcecados com o ideal. Entretanto, é mais provável que, em vez de uma estrutura plenamente enclausurante, acabem por produzir um universo conformista, repetitivo e destinado a se degradar.

Concluindo este capítulo, vale registrar aqui as palavras de Fernandes, que mostram bem a articulação entre o mundo em que vivemos hoje, num âmbito bastante geral, e suas repercussões no âmbito das relações e do universo psíquico:

Todas estas "revoluções" colocam em cheque as crenças e os mitos que asseguram nosso pertencimento a um conjunto social, e abalam os alicerces de nossa identidade. Na medida em que as *formações intermediárias*, como as *crenças e os mitos*, não jogam mais seu papel, esses problemas e essas carências ampliam as dificuldades de integração seja no espaço psíquico seja no espaço social.

A globalização não tem levado em conta as desigualdades e os conflitos subjacentes às diferenças econômicas, políticas e simbólicas.  
(FERNANDES, 2005, p. 28)

É neste campo de temas e de questionamentos que situamos o presente trabalho, procurando contribuir para a reflexão sobre a articulação entre processos intersubjetivos e saúde, em sentido amplo, em grupos de pessoas que trabalham à noite. Além de oferecer elementos para reflexão, esperamos que o trabalho possa inspirar ações que propiciem mudanças nas

condições que geram sofrimento psíquico nas organizações e/ou ações que promovam a saúde nesse contexto.

## **CAPÍTULO 3.**

### **MÉTODO**

O presente estudo foi efetuado segundo uma abordagem metodológica qualitativa que, desde a escolha do objeto de estudo, dos procedimentos de investigação, até as formas de análise dos conteúdos elaborados, privilegiou um "nível de realidade" que não pode ser quantificado. Trabalhamos, de outro modo, com um universo de significados, motivos, crenças, aspirações, valores, atitudes, aspectos conscientes e inconscientes, "o que corresponde a um espaço mais profundo das relações, dos processos e dos fenômenos que não podem ser reduzidos à operacionalização de variáveis." (MINAYO, 1994, p. 22).

Assim como Heloani e Lancman (2004), entendemos que considerar um trabalho como "científico" não pode estar na ordem direta de suas possibilidades de mensuração ou objetivação, mas sim na escolha de métodos que sejam adequados às demandas do que se busca investigar, da natureza do problema em questão.

Tomamos por base, também, em nosso trajeto de pesquisa, o enfoque dado por Pichon-Rivière (1991a) à psicologia social, como disciplina que tem como objeto a relação entre estrutura social e fantasia inconsciente.

Ao propor formas de investigação em psicologia social, esse autor refere-se a três dimensões:

a investigação do indivíduo, a do grupo e a da instituição ou sociedade, permitindo três tipos de análise - a psicossocial, que parte do indivíduo para fora; a sociodinâmica, que analisa o grupo como estrutura; e a institucional, que toma todo um grupo, toda uma instituição ou todo um país como objeto de investigação. Não existe uma separação clara entre os campos de investigação psicossocial, sociodinâmica e institucional: são campos que vão se integrando sucessivamente. (PICHON-RIVIÈRE, 1991a, p. 24).

Dessa perspectiva, o grupo é considerado o espaço por excelência da pesquisa voltada às conexões entre o campo social e o psíquico:

Se essas relações (indivíduo-grupos-classes) é o objeto da psicologia social, seu campo operacional privilegiado é o grupo, que permite a investigação do interjogo entre o psicossocial (grupo interno) e o sociodinâmico (grupo externo), através das formas diretas de interação, dos mecanismos de adjudicação e assunção de papéis. A análise das formas de interação permite-nos estabelecer hipóteses sobre seus processos determinantes. (PICHON-RIVIÈRE, 1991a, p. 174).

Seguindo essa linha de pensamento, escolhemos a técnica de grupo operativo como instrumento para realização do trabalho de campo de nossa pesquisa. Trata-se de uma técnica que se caracteriza por estar centrada em uma *tarefa* que se propõe aos participantes do grupo; ou seja, privilegia a tarefa grupal, o caminho para o alcance dos objetivos.

A efetivação do grupo operativo implica a existência de uma equipe de coordenação, composta por coordenador e observador, cada um com seu papel específico. Esses dois técnicos, a partir do ECRO (esquema conceitual referencial e operativo) pichoniano, buscam compreender o processo grupal que ocorre nas reuniões, detectando as situações significativas (emergentes) que, a partir do que se explicita no grupo, remetem a formas implícitas de interação (fantasias inconscientes). Nessa técnica, inclui-se a interpretação como ferramenta, na medida em que permite a explicitação do implícito. Podemos compreendê-lo, sinteticamente, como um trabalho compartilhado de esclarecimento grupal.

Este esclarecimento implica a análise, no "aqui e agora" da situação grupal, dos fenômenos de interação, dos processos de adjudicação e assunção de

papéis, das formas de comunicação, em relação com as fantasias que geram essas formas de interação, os vínculos entre os integrantes, os modelos internos que orientam a ação (grupo interno) e os objetivos e tarefa prescrita do grupo. (PICHON-RIVIÈRE, 1991a, p. 178).

A proposta contida no grupo operativo apóia-se em uma abordagem dialética, que procura compreender o movimento, o processo grupal, procedendo a uma análise sistemática das contradições que se apresentam.

O grupo operativo é a primeira instância de ancoragem do cotidiano. As relações cotidianas, os vínculos que põem em jogo modelos internos, tendem a reproduzir-se nele. O enquadramento ou a técnica operativa de grupo (conjunto de constantes metodológicas que permitem a compreensão de um processo), através da *confrontação desses modelos internos* em uma nova situação de interação, e *na análise de suas condições de produção*, facilitam a compreensão das pautas sociais internalizadas que geram e organizam as formas observáveis de interação. (PICHON-RIVIÈRE, 1991a, p. 179).

Tendo em vista os objetivos da pesquisa, e levando em conta os princípios metodológicos acima apresentados, partimos para a operacionalização do projeto. O primeiro momento foi o da definição da instituição onde o trabalho de campo seria efetuado.

## **A INSTITUIÇÃO**

Dado o incremento das instituições que atuam no setor de serviços nos últimos anos, na cidade de São Paulo, demos preferência a uma instituição que se enquadrasse nessa modalidade e que

ao mesmo tempo possuísse, em seus quadros, trabalhadores em horário noturno. Além disso, fomos motivados por trabalhar com pessoas que atendessem a portadores de distúrbios do sono, sendo elas justamente "candidatas" a esse tipo de distúrbio, por trabalharem à noite. Com tais requisitos, identificamos a instituição Alfa (nome fictício), que nos permitiu realizar a pesquisa em suas dependências, com seus funcionários.

Fizemos contato, inicialmente, com a pessoa responsável pela área de recursos humanos da instituição. Posteriormente, realizamos reuniões com o responsável pelo setor onde seriam colhidos os dados, com o presidente da organização e com os funcionários do setor escolhido para a efetivação do trabalho. Tais reuniões tiveram por objetivo apresentar nosso projeto, seus objetivos e procedimentos, e dirimir quaisquer dúvidas para que os representantes da instituição, bem como os sujeitos da pesquisa propriamente ditos, pudessem consentir (ou não) na sua realização. Houve consentimento em todas as instâncias envolvidas, o que foi formalizado pelas assinaturas do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (Anexo 2).

A Alfa é uma organização definida, em seu estatuto, como instituição beneficente de assistência social constituída sob a forma de associação sem fins lucrativos. Presta serviços de diagnóstico (exames clínicos laboratoriais e de distúrbios do sono). Também financia pesquisas científicas nas áreas de distúrbios do sono, dependência química, estresse, memória e outros temas relativos aos trabalhos de pesquisa desenvolvidos pelos setores de psicofarmacologia e psicobiologia de uma universidade.

Essa instituição está situada na cidade de São Paulo, distribuindo suas atividades em cinco estabelecimentos. Na ocasião do trabalho de campo do presente estudo, contava com aproximadamente 1000 funcionários.

O departamento responsável pela realização de diagnósticos de distúrbios do sono, foi onde se

efetuaram as atividades de campo. Essa área é composta por três unidades (I, II e III), sendo que a unidade I fica em um prédio, e as unidades II e III localizam-se no edifício vizinho, em andares diferentes.

Cada unidade efetua diariamente, no período noturno, exames diagnósticos denominados polissonografias, que visam justamente a uma análise diagnóstica do sono dos pacientes que, a pedido médico, são encaminhados para essa instituição.

Todas as unidades possuem dois *plantões* (termo utilizado na própria instituição, que em nossa opinião equivale à concepção de *turno*) cada uma. Um plantão é formado por determinado número (geralmente seis) de *técnicos em polissonografia*, que obedecem a uma programação de presença em certos dias da semana (segunda, quarta e sexta-feira em uma semana; terça, quinta e sábado na semana seguinte). Este é o esquema de um plantão. O outro plantão segue também uma programação, encaixando-se exatamente nos dias da semana nos quais há a folga do primeiro plantão.

Todas as unidades possuíam basicamente o mesmo sistema de funcionamento, e todas tinham capacidade similar de atendimento, a saber: unidade I - 14 leitos; unidade II - 16 leitos; unidade III - 16 leitos. Um aspecto diferencial dessas unidades dizia respeito à população atendida: a unidade I destinava-se exclusivamente ao atendimento de adultos encaminhados pelo SUS (Sistema Único de Saúde); a unidade II efetuava atendimento de crianças e adultos para convênios particulares; a unidade III voltava-se ao atendimento somente de adultos para convênios particulares.

## **PARTICIPANTES**

O critério para a escolha dos participantes foi aleatório; apenas sugerimos que fosse um grupo de técnicos que atendesse somente adultos, porque essa condição caracterizava a maioria dos profissionais.

Tal solicitação foi atendida pelo responsável pelo setor onde se realizou o trabalho, e ele mesmo propôs, levando em conta aspectos do trabalho em si, um grupo (plantão) da unidade I, para a realização dos grupos operativos. Tratava-se, portanto, de um grupo de trabalho previamente constituído, de acordo com as regras do funcionamento institucional. Todos os pesquisados ocupavam o cargo de *Técnico em Polissonografia*.

Apresentamos a seguir uma descrição resumida das atribuições previstas para o ocupante desse cargo: receber o paciente, obter e anotar em uma ficha alguns dados sobre o mesmo; levá-lo ao quarto onde o exame (polissonografia) é efetuado; acomodá-lo no leito, colocando o equipamento necessário em contato com o paciente (por exemplo, eletrodos em diversas partes do corpo da pessoa atendida); monitorar o sono do paciente por um vídeo que fica na sala de controle; acompanhar o registro dos dados sobre o sono, via terminal de computador; atender o paciente em qualquer eventualidade; comunicar-lhe o término do exame no período da manhã. Na sala de controle, os técnicos ficam sentados, observando os equipamentos existentes; é o local onde todos os técnicos de um mesmo plantão ficam juntos.

Esses profissionais atuavam em plantões intercalados, dia sim, dia não, perfazendo um total de 12 horas em cada plantão. Havia alguma variação no horário de entrada: 19:00 ou 20:00 h. Assim sendo, alguns funcionários cumpriam o horário das 19:00 às 7:00 h; outros, das 20:00 às 8:00 h.

Para fins de contratação, o cargo exige formação escolar de ensino médio completa e o curso

de técnico em polissonografia, ministrado pela própria instituição.

## **PROCEDIMENTOS**

Após o consentimento dos representantes da instituição, estabelecemos um contrato para a realização da pesquisa junto ao gestor da área pesquisada, de modo a definir dia e horário para uma visita inicial à unidade de trabalho, bem como para a etapa seguinte, que seria a dos grupos operativos com os funcionários da área.

O plantão pesquisado, na unidade I, era formado por seis técnicos em polissonografia. Todavia, uma funcionária estava saindo da instituição, de forma que fizemos a proposta de participação aos outros cinco profissionais. Iniciamos o grupo com quatro pessoas, pois uma técnica não compareceu às reuniões marcadas. O trabalho se iniciou, então, com quatro integrantes: S1 (sexo feminino, 26 anos), S2 (sexo masculino, 34 anos), S3 (sexo masculino, 41 anos), S4 (sexo feminino, 33 anos). A partir da 3ª reunião, o grupo passou a ter cinco integrantes devido à chegada de uma profissional recém-admitida, S5 (sexo feminino, 21 anos). Designamos com S6 à profissional que optou por não participar do trabalho.

Utilizamos a letra S, acompanhada de um número, para representar os sujeitos, de modo a preservar sua identidade.

Definimos com os participantes que o trabalho seria realizado das 20:00 às 21:30h, aos sábados, motivo pelo qual as reuniões ocorreram a cada duas semanas. Tal organização atendeu a uma solicitação do grupo, de modo que as reuniões foram efetuadas em dia e horário que não prejudicassem suas atividades, mesmo ocorrendo durante o horário de

trabalho.

Com esse grupo, foram realizadas cinco reuniões, conforme proposto. Uma das reuniões programadas foi cancelada a pedido do grupo, devido a transtornos provocados por uma forte chuva ocorrida em São Paulo, naquela data. Perante tal fato, foi programada e realizada uma outra reunião.

As reuniões foram conduzidas conforme a técnica de grupo operativo, havendo um coordenador e uma observadora, e a *tarefa* solicitada aos participantes foi a seguinte: pensar como se dava, em linhas gerais, o trabalho que realizavam; e, de modo específico, pensar se esse tipo de trabalho, realizado em horário noturno, provocava ou poderia provocar alterações na saúde deles, bem como em seus relacionamentos cotidianos, fossem esses dentro ou fora da instituição.

Os grupos operativos tiveram, em média, duração aproximada de uma hora e quinze minutos, e foram gravados em áudio para fins de análise.

## **FORMA DE ANÁLISE DOS RESULTADOS**

Pautamos a análise dos dados em um método qualitativo, já apresentado. Com base no quadro teórico de referência, e de uma leitura minuciosa das reuniões transcritas, buscamos inicialmente identificar os emergentes grupais, ou seja, situações significativas que se configuram e se explicitam no decorrer do processo grupal, revelando aspectos implícitos, latentes, inconscientes desse processo.

A análise e a interpretação dos emergentes obtidos foi efetuada com o suporte das construções teóricas sintetizadas nos capítulos precedentes, com ênfase nas contribuições de teóricos como Pichon-Rivière, Bleger, Kaës e Dejours.

Não perdemos de vista as proposições de Pichon-Rivière (1991), ao defender que investigação e operação caminhem juntas, reconhecendo, nesse sentido, a influência recebida de Freud e de Lewin, relativa à idéia de que a investigação “pura” não existe. Procuramos manter esse ponto de vista presente em nossa análise, dando atenção à interação entre pesquisadores e participantes da pesquisa, buscando identificar reações, novas condutas ou idéias geradas durante o próprio processo de pesquisa.

O conceito pichoniano de *porta-voz*, como aquele indivíduo que, ao expressar suas próprias percepções, pensamentos ou sentimentos, muitas vezes, sem que o perceba, “denuncia” aspectos implícitos do acontecer grupal, merece destaque, pois é a partir dos porta-vozes que temos subsídios para compreender mais profundamente o processo grupal.

Vale ainda destacar a contribuição de Bleger (1984, p. 54), ao explicar que,

por psicologia das instituições se entende o estudo dos fatores psicológicos que se acham em jogo na instituição, pelo mero fato de que nela participam seres humanos e pelo fato da mediação imprescindível do ser humano para que ditas instituições existam.

## CAPÍTULO IV.

### ANÁLISE DOS GRUPOS OPERATIVOS

#### ANÁLISE DA 1ª SESSÃO

Na primeira sessão, o grupo inicia com o tema "família", passando a impressão de haver algum tipo de substituição da "família real" dos integrantes pelo grupo de colegas que trabalha em conjunto (plantão): *'Eu acho que a gente podia começar assim: o relacionamento entre nós aqui. É uma família, né?'* A justificativa para isso é o longo tempo que passam juntos, fazendo uma referência ao fato de realizarem, no mesmo ambiente de trabalho, um plantão de 12 horas seguidas: *'Eu mesmo passo mais tempo com eles do que com o meu marido e do que com o meu filho também.'*

O "entre nós aqui", "uma família" é o primeiro emergente (conceito de Pichon-Rivière), revelando um investimento afetivo existente nas relações entre as pessoas desse grupo. Resta saber de que natureza.

Um segundo emergente insinua-se na colocação de que *'quando tem alguma coisa errada, que não é o caso exatamente neste plantão, mas eu já vivi situações ruins em outros plantões, com outras pessoas, pra mim foi terrível...'*. Não se explicita o que seria a *coisa errada*, e nega-se sua presença ali, naquele grupo.

Outro emergente mostra-se na idéia de virar "uma outra família". Nota-se alguma transposição de representações sobre família para o "espaço psíquico" configurado pelas relações que se dão no grupo. Parece existir algo em termos de *acolhimento* e de *limite*: *'sou uma pessoa que falo muito. (...) Eu não conseguiria ficar quieta por muito tempo. (...) É claro que no serviço a gente se contém mais, lá em casa não...'*. Expressam que, por estarem juntos muitas horas

seguidas no mesmo local, "não adianta fingir", ou seja, as pessoas acabam por se mostrar como realmente são, de forma mais espontânea.

O trabalho noturno, na percepção do grupo em geral, complica o relacionamento com as pessoas que estão fora dessa situação profissional, pois "*em casa você quer ter o seu descanso*". Assim, mostram-se menos disponíveis para a convivência com os familiares que moram na mesma casa e, também, com outros parentes ou amigos. Um integrante diz:

*... e o que acontece com as pessoas de casa, os amigos chegam, você tá um pouco cansado, você não tem aquela mesma disposição que você tem com os amigos que você trabalha à noite com eles. Às vezes eles percebem que você não tá legal; fica um pouco de tempo com você, e daqui a pouco vai embora, coisas desse tipo. Os filhos também, às vezes querem ir em algum lugar, você vai, mas vai com aquela pressa de que tem que voltar pra trabalhar.*

"Passar a noite tranqüilamente" no local de trabalho revela-se outro emergente, quase como se ali fosse uma espécie de refúgio frente ao cotidiano, à pressa, à agitação relacionada ao dia.

De outro lado, revelam haver uma incompreensão da "sociedade" em relação ao funcionário noturno: dormir durante o dia parece, aos olhos dos "outros", não ser tão necessário. As pessoas têm a impressão de que eles não estão bem, quando muitas vezes estão somente cansados ou com sono.

Sentem-se no caminho inverso ao da maioria das pessoas: vão trabalhar quando os outros estão voltando do trabalho; chegam em suas casas pela manhã, quando os demais estão saindo para ir trabalhar; dormem durante o dia, quando grande parte dos adultos dorme à noite.

Na seqüência da sessão, surge um quinto emergente, que revela um atravessamento de valores sociais no grupo; possivelmente a influência do nível transubjetivo, segundo Kaës, nas relações configuradas no grupo. Há, segundo os entrevistados, um *preconceito* em relação a quem trabalha à noite. Ouvem comentários tais como: "*Ah não, você não pode estar trabalhando... tá lá fazendo qualquer outra coisa, menos trabalhando.*" Trazem algumas representações sociais sobre a noite, que se mostram presentes neles mesmos: "*Pra sociedade, noite é dormir, é passear, não é trabalhar.*" Insinua-se aí uma conotação de "vagabundo" e também algo relativo ao aspecto sexual e à traição:

*...tem o problema familiar também naquele sentido: se a mulher tá trabalhando e deixa o marido em casa dormindo, chega no outro dia o marido vai falar: 'como foi lá? como foi lá?', a mesma coisa o homem, deixo minha esposa em casa e aí 'como foi lá? como foi lá? É, você tava lá com toda a mulherada lá, né?' é a mesma coisa. Como o clima à noite.... .*

No conjunto das falas seguinte pensamos encontrar um outro emergente, que envolve uma fantasia de "livrar-se da família" pelo trabalho noturno:

- *Meu filho, às vezes meu filho vira pra mim e fala: 'mãe você só dorme!'*
- *Percebe como tá tão distante, toda mesma forma?*
- *À noite é diferente, quem trabalha à noite...*
- *É uma dádiva... (risos)*

A idéia de "dádiva", de algo divino, expressa uma ambigüidade ("bem" e "mal"). No contexto

das falas, transmite-se o sentido de que o "livrar-se da família" justifica-se pelo trabalho.

Existe algo de prazeroso no trabalho noturno, como se pode notar na seguinte colocação: *"Só que é gostoso... Quem trabalha à noite, acho que não troca a noite mais pelo dia."*

Para contrapor-se a essa ambigüidade, mostra-se o sentido de auto-valorização ligado a conseguir efetuar esse trabalho: *"Porque quem trabalha à noite... não são todas as pessoas que conseguem, são poucas."* E complementam essa idéia, dizendo que há necessidade de esforço para a adaptação a esse esquema. *"O organismo tem que se adaptar. Não é só você gostar de trabalhar à noite."*

Apresenta-se, em contrapartida, a depressão, a ausência de prazer, a irritação. O prazer, associado à folga e à noite, parece impossibilitado. Será que, implicitamente, está-se falando de uma vida sexual prejudicada? O dormir pode ser um sintoma da insatisfação existente. Observamos tais aspectos na seguinte fala:

*O sábado não é proveitoso porque você trabalhou a sexta-feira a noite todinha, você tá estragado, um bagaço, né? Domingo... (...) Você trabalha doze dias no mês mas no dia que você tá pós-plantão você acaba fazendo as coisas porque você tem obrigação de fazer aquilo, por exemplo: ir a um banco, limpar uma casa, ir na faculdade, porque você tem que fazer; porque se você pudesse deitar e dormir você com certeza ia fazer isso, mas você acaba não fazendo; aí é onde você, lógico, não é sempre, mas tem fases que a gente, no meu caso, a gente fica irritado. Eu tenho época que eu durmo porque eu não agüento ser eu, sabe?*

Abordam a questão da transformação da conduta social deles, relacionando-a com o *silêncio*.

Comentam sobre o não falar ou falar pouco: *"Por quê? Pela questão do silêncio de ficar*

*consigo mesmo. Você percebe isso com várias pessoas que trabalham à noite. É diferente o comportamento social, ele é diferente. O ser é diferente, entendeu, não é todo mundo que é assim."*

Outra questão apresentada, revela-se na fantasia de autonomia via trabalho noturno. Há um desejo de livrar-se da vigília ou da vigilância, do olhar do outro? Vale prestar atenção às seguintes colocações:

*...e o que eu mais gosto de trabalhar à noite, por exemplo, é que você não tem ninguém te olhando, te mandando, analisando o seu serviço, você tá com pessoas que tá no mesmo nível dentro da empresa, no mesmo nível que você. Então você faz o seu serviço, você sabe como é feito. Eu chego aqui eu atendo os pacientes, eu faço o exame, eu vou embora, eu grampeio os meus exames, limpo a (não compreendido). Você não tem aquela pressão.*

*Então à noite você fica mais à vontade, você acaba aproveitando mais o seu tempo pra fazer as coisas que você tem pra fazer. Por isso que eu gosto de trabalhar à noite, não trocaria a noite pelo dia. Eu só trocaria a noite pelo dia se eu fosse ganhar mais, claro, aí sim.*

Transmite-se uma idéia ligada ao desejo de uma comunidade de iguais, sem diferenciação hierárquica, sem que o indivíduo seja visto. Percebemos a relação disto com o *poder* da chefia e a ameaça projetada no *olhar*.

Fala-se de uma excitação inicial nos primeiros tempos do trabalho noturno, e de uma depressão após os primeiros meses. A seguir, menciona-se o corpo:

- *O corpo vai sentindo.*

- *Você vai numa ascendente, aí você vai numa descendente, mas bem lá em baixo mesmo, aí você vem com depressão, você vem com tudo que é negativo. Porque o corpo tá sentindo. Porque quem tá acostumado: trabalha de dia, dorme à noite...*

- *Você sente vontade de se isolar, você fica querendo ficar sozinho, que você tá cansado, você não quer...*

A "vida diurna" implica ser visto; a noturna poderia implicar não ser percebido. Isto, atrelado à questão do corpo, remete-nos à hipótese de uma tentativa de eliminar a sedução sexual, uma vez que "o corpo não é visto".

O grupo passa uma idéia de só querer dormir. Existe uma perda de desejo? *"Sempre vai ficar faltando alguma coisa..."* De que falta estão falando? Entendemos haver aí um outro sentido. Parece que as coisas se misturam, indiferenciam-se, ou seja, as ligações trabalho-dia, prazer-noite são quebradas. É provável que as representações separadoras, diferenciadoras de *dia* e *noite* funcionem como organizadores psíquicos. A perda desses organizadores, pela vivência do trabalho noturno, poderia levar à sensação de falta, de vazio, de insatisfação e de irritabilidade.

Surge então a questão da alimentação: a comida preenchendo uma fome que não é uma fome normal e não é uma fome de quem está, realmente, sem comer. Então é a ligação da comida com a fome, que começa a ser desfeita, e, da mesma forma, começa a se desligar a relação do sono com o dormir.

Trazem a questão do engordar: *"Eu engordei onze quilos depois que eu comecei a trabalhar à noite..."*. Faz-se, a seguir, uma relação com a questão do herpes: *"...tenho que ficar me*

*controlando porque sai herpes na minha boca...*" Qual o sentido que procura vir à tona?

Passam a abordar a questão da saúde. Mas quando falam da saúde, começam a falar do corpo, do corpo que engorda, que tem herpes, que tem gastrite, porque provavelmente aí a atribuição deles é "que a gente come porcaria a noite inteira". Foi isso que o médico disse a uma integrante do grupo. Diz ela: "*Quando eu começo a sentir muita dor de estômago, me dá herpes na boca e aí às vezes eu vou tomar um golinho de leite de manhã, já me enche a boca de água, eu vou no banheiro vomitar. Parece coisa de mulher grávida...*" Qual a "porcaria" que faz vomitar, adoecer, engravidar?

Considerando os aspectos que já vinham se destacando na reunião, como a questão do corpo e do encobrimento, é significativo o próprio "engordar muito", que leva também a uma perda da forma do corpo. A questão da sexualidade novamente aparece: "*parece coisa de mulher grávida*". A pessoa vai trabalhar à noite, come mal, e fica "*grávida*".

Há uma situação de ataque trazida por essa mesma integrante: quando ela se encontra na casa de sua mãe, de manhã, após o plantão: "*Oito horas da manhã, a minha mãe falou 'sua porca, como você agüenta comer arroz, feijão, farofa e moela?'*." Adiante ela diz: "*você tá sempre fazendo errado*". É como se ela fosse totalmente descontrolada; ela se sente descontrolada e atacada pelos outros. Registramos aqui a possibilidade de esse ataque ter algo do ataque ligado a uma fantasia sexual, tendo em vista o que vinha se mostrando na reunião, inconscientemente; esses aspectos da noite, do não estar à noite em casa, de não estar com o filho (porque ela deixa o filho, passa a noite fora). Até que ponto isso é atravessado por fantasias? Podem ser fantasias da seguinte ordem: da mãe que abandona a casa, passa a noite fora, ganha dinheiro, mas está fazendo algo "errado". As palavras "porca" e "porcaria" aparecem diversas vezes; podem estar relacionadas com sujeira, algo com conotação sexual.

Evidenciam-se também sentimentos de culpa, por estar irritado com a família, por estar comendo muito: "Porque nós que trabalhamos à noite, nós mesmos somos culpados dessa desorganização nossa." Parece não se tratar somente da desorganização objetivamente relacionada com o horário noturno de trabalho; parece que há uma atribuição de culpa a si mesmos, como "pessoas erradas", responsáveis pela desorganização por não conseguirem se controlar.

Diversos prejuízos de trabalhar à noite são apresentados; todavia, também se revela uma preferência por esse horário de trabalho. Existe algo nebuloso e ambíguo entre esses pólos; podemos refletir, do ponto de vista da psicanálise de grupo, sobre o que estão preferindo: há toda uma questão de um encobrimento pela escuridão; a pessoa não pode mais ter luz nenhuma na sua frente. Isto pode ser biológico, é claro, mas parece plausível uma interpretação de alguma coisa em termos de reclusão, de encobrimento, pela escuridão. "... porque sol você não toma de jeito nenhum, se existisse vampiro eu era uma (risos) porque sol em mim me irrita, me dá dor de cabeça mesmo quando não tô pós-plantão."

Uma integrante conta uma situação vivida com seu filho de seis anos:

*Já aconteceu dele me enganar, assim: 'mãe, quero mamar', deitar na cama, ele me fez dormir, ele ficou ali na minha orelha, eu dormi e ele levantou e saiu no quintal pra fazer arte. Era sem-vergonhice dele, ele sabia que eu tava cansada e ele sabia que, se eu ficasse quietinha ali, eu ia dormir, ele fez eu dormir.*

Pensamos que aqui existe uma questão dela, como representante do grupo, se sentir devedora do filho, sentir que não está dando a atenção de que ele precisa, e ela quer dormir. Então, para

compensar essa incapacidade de ficar brincando com ele ou de levá-lo a fazer alguma coisa, ela vai para a cama com o menino. E dorme. Esse relato traz algo que beira o sexual, alguma coisa de sedução, que estaria atravessando a relação do grupo todo, em maior ou menor grau. Colocamos a hipótese de aspectos sexualizados atravessando o grupo; aparece uma insatisfação muito grande deles que, certamente, tem a ver com o corpo; com o descompasso temporal e a regulação biológica, como eles mesmos dizem, mas parece haver, por outro lado, uma situação que atrapalha a vida amorosa, a vida no geral, do ponto de vista afetivo e sexual. Por exemplo: comer pizza e vomitar, pode ser algo de um grau de ansiedade que se revela de forma psicossomática, de algo insuficientemente elaborado: do ponto de vista do processo simbólico (não entra na cadeia simbólica). Objetivamente, pode-se justificar esse mal-estar do ponto de vista biológico, mas há indícios de uma insatisfação permanente, como esse "comer além da conta".

Então, é possível pensarmos que há uma insatisfação que está deslocada, que está confusa, ora aparece no comportamento da pessoa que come demais, ora aparece no outro que não tem paciência, ora aparece nessa coisa do vagabundo. A pessoa está sempre incomodada, porque é vagabunda se dorme, ou porque é porca se come de manhã... Sempre há uma conotação destrutiva; a pessoa é estranha porque tem sono quando recebe uma visita. Há uma questão que parece não nomeada, pois quando se fala "vagabundo", quando se fala "porca", quando se fala da atenção para o filho, que é levado para a cama para dormir, é claro que é para ele poder dormir mas, simultaneamente, vem a questão do "mamar" que é muito forte.

Outro aspecto diz respeito a falar errado: uma troca de letras ou palavras que às vezes acontece ao falar.

*Eu já cheguei a falar com um paciente um dia: tomar um 'tafezinho' (risos).*

*Pode tomar um 'tafezinho'. Teve um dia que eu tava sem dinheiro e tinha que colocar gasolina no meu carro, foi até com uma menina que já saiu, eu não consegui perguntar pro frentista se ele aceitava cheque pra trinta dias, eu falava: 'vochê acheita cheque?' E a menina que tava do meu lado, que também tinha trabalhado a noite inteira comigo, ela ria, ela chorava. (... ) parece que fica com a língua grande.*

É como se houvesse uma transformação do corpo: a sensação de aumento no tamanho da língua, a lentidão. A pessoa fica desconectada? Se buscarmos uma compreensão do ponto de vista daquilo que antecede o que seria a sonoridade, que antecede a palavra, no sentido simbólico da palavra, pode-se pensar que ela está sem o domínio total no campo cerebral e, então, até poderia, psiquicamente, voltar aos primeiros sons da fala; como uma criança mesmo; a criança às vezes expressa sonoramente algumas coisas. Uma vez que o som e o fonema antecede a fala no campo simbólico, ela estaria entrando num campo anterior ao simbólico. Há uma lentificação do raciocínio. Parece ocorrer a entrada num nível de regressão psíquica mesmo. Regressão a ponto de perder a palavra. Ela não perdeu a estrutura da frase, não perdeu o domínio da língua, mas teve um rebaixamento, uma regressão na qual voltou a privilegiar o fonema, a partir de sons compreensíveis mas infantilizados.

Entendemos que há uma regressão em vários níveis, que se expressa inclusive na situação já mencionada: ir para a cama com a criança. Quem é o bebê? Ele que a faz dormir, ou ela que o faz? Verificamos um processo regressivo em nível psíquico, pois regride a sexualidade, regride a fala, “o raciocínio demora” como se houvesse o rebaixamento do controle em nível intelectual, no sentido de raciocínio, de aspecto cognitivo; pode ser inclusive no nível afetivo, afetivo-sexual. Vale lembrar que essa integrante do grupo pede ao filho que entenda o que está

se passando com ela. Quando ela vai à casa da mãe, esta a repreende: a mãe não acolhe suas dificuldades.

Se, por um lado, o grupo traz dificuldades de acolhimento e de compreensão das pessoas que estão do lado de fora (família, amigos, sociedade), revelando até um certo distanciamento daqueles com quem possuem vínculos, notamos, por outro lado, um movimento contrário no âmbito do grupo de colegas de trabalho, ou seja, uma aproximação, uma identificação. Possivelmente por se perceberem com os mesmos problemas ou, porque se encontram na "contramão" em relação aos demais; ou, por sentirem um "acolhimento" no grupo. Em termos simbólicos, poderíamos expressar como "tem um grupo que me acolhe", como se fosse um bebê que precisasse o tempo todo de respaldo e apoio. Esse grupo torna-se assim um grupo de referência, um grupo cumprindo uma função materna.

Há uma continuidade na idéia da falta de apoio, de continência dos que estão fora desse grupo de trabalho noturno. A situação de uma integrante, na faculdade, nos mostra isso:

*Eu fui fazer um seminário um dia na faculdade, pós-plantão, e eu tinha que falar 'gamaglobulina'. Eu não consegui falar 'gamaglobulina', meu olho encheu de lágrimas... (...) Eu ficava 'gam, gam, gam'. Aí a professora sabia que eu tava pós-plantão, deixou um papel escrito "gamaglobulina"... (...) E ela falou pra mim: 'eu vou tirar nota porque você tem que aprender a lidar com isso, se você quer trabalhar à noite e fazer faculdade você tem que aprender a lidar com isso, eu não vou considerar porque você tem que aprender'.*

Percebemos novamente a regressão pela fala "gam, gam, gam", fazendo lembrar um bebê e, a

professora, como muitos outros que estão fora desse grupo de trabalho, também não compreendeu. Ficou com a imagem da “mãe má” que fala: “Não, você tem que ser adulta, tem que aprender a lidar com isso, seja adulta”.

A perda do controle motor a partir do sono incontrolável, uma espécie de "dormir acordado" também pode ocorrer, segundo o grupo. A seguinte fala exemplifica esse aspecto:

*Mas agora dormir, eu não durmo não, mas acontece eu tá escrevendo e eu tinha um professor que ditava, ele explicava, depois ele ditava pra você ter no caderno a explicação, e o professor tava ditando e quando eu me dei conta, eu tava escrevendo, eu tava de olho aberto escrevendo só que eu tava escrevendo tudo no mesmo... eu não dava a mão assim, quando eu vi tava uma bolinha assim (risos), aí eu olhei onde eu parei, pedi... foi rápido, não foi muito tempo, aí o professor voltou... Então assim: você não dorme, mas olha que situação, você ficar desse jeito, eu nem sabia que podia acontecer isso, ou dorme ou não dorme. Então quer dizer, às vezes você fica tão aéreo, desligado, que você faz coisas que você não quer fazer e acaba fazendo.*

Há momentos em que parece haver um "apagamento" da consciência:

*É o verdadeiro apagar de um segundo, né? Você acha, parece que é uma eternidade, você vê a pessoa na sua frente, uma distância de dois metros, você viu lá, chegando, de repente ele chega perto de você e você não tava vendo mais, e ele te recorda, então é aquele apagar de segundos que parece que a mente faz... vai lá. Você entra em um sono profundo, eterno, aí você acorda. Esse é o não controle, é quando a gente tá muito privado de sono.*

E outro participante acrescenta: *"Dormir dirigindo, quando eu vi, já dormi dirigindo."* Esse "apagar" refere-se a um desligar completamente. *"Você entra em sono profundo"* rapidamente. Isso chama nossa atenção, inclusive porque a instituição em que trabalham tem como foco, justamente, o atendimento (diagnóstico etc.) de pessoas que têm problemas de sono.

Consideramos relevante a hipótese de uma regressão que se manifesta no grupo; porque o sono é uma forma regredida. No sono o indivíduo regreda, psiquicamente falando. No sono a pessoa pode sonhar, as defesas ficam rebaixadas e "pode virar uma criancinha" que fala "vochê acheita cheque?". O sono é regressivo, ele tem uma função de "quebra das defesas", baixa a guarda, tanto é que no sonho se produzem novas relações entre os fenômenos, os fatos. O indivíduo produz novas associações que aparecem desconexas no sonho. Suas defesas estão rebaixadas, psiquicamente. O processo primário prevalece durante o sonho. O problema é que o "processo primário" começa a se estender para fora dali, isto é, do sonho, como os exemplos da fala ("vochê", "gam-gam-gam") bem o revelam. Entendemos ser então uma regressão ligada ao sono, própria da baixa das defesas.

As situações de vigília e sono parecem estar fortemente articuladas ao dia e à noite, tomados como organizadores psíquicos. Quando essa organização de vida, objetiva e psíquica, rompe-se, verificamos uma desorganização. Aquela situação, que de algum modo separa as condutas pertinentes ao dia e à noite, se perde, favorecendo "interferências" de um estado em outro. Assim, em momentos de vigília o indivíduo já não se controla suficientemente; há momentos, que "adentram" a vigília, que são de "sono profundo", nos quais a pessoa "faz a bolinha" sentada na carteira escolar, ou dorme dirigindo um veículo, ou não consegue falar direito. Perde algo da ordem do processo secundário.

Certa perda do controle emocional também se mostra:

*Quer dizer: eu em estado normal jamais eu ia ligar pra conversar com alguém às sete horas da manhã, principalmente não ia ficar chorando no meio da rua. Só que nessa época eu trabalhava toda noite. Então eu já tava ficando depressiva mesmo, porque eu tava trabalhando toda noite e estudando de manhã, aí eu vi que aquilo já tava saindo do meu controle.*

Um outro integrante diz: *"Eu trabalho aqui e lá eu trabalho como segurança. Mas essas crises que a gente tem de querer chorar, de cochilar, só acontece quando você não tem aquele sono que você dorme de dia."*

Esse porta-voz fala de um lado organizado, de uma possibilidade de organização que, se for cumprida pelo trabalhador noturno, pode lhe trazer vantagens: *"Quando você trabalha de noite normal e dorme de dia, meu, é uma maravilha, você vem no metrô, o metrô vazio, você vem à vontade, tranqüilo, a noite passa... Agora, quando você trabalha à noite e priva o sono do dia, que você não dorme de dia, a próxima noite é..."*

Surge em seguida um outro lado, o lado "não enlouquecido": que consegue controlar tudo perfeitamente, que tem um controle absurdo, que pode ser representado por esta fala:

*Por isso que eu prefiro trabalhar à noite. Eu trabalho à noite, vou pra faculdade de manhã, aí o que eu faço? Durmo um pouquinho de manhã, descanso, levanto faço janta, fïco com o meu filho, fïco com o meu marido. Como eu já dormi, o que eu faço? Deito, vou dormir junto com o meu marido, o meu filho, quando eu tenho que estudar, às três horas da manhã eu acordo pra estudar, quando tá próximo das provas. Eu tenho uma*

*disposição incrível, eu acordo às três horas da manhã pra estudar, e aquilo pra mim é ótimo, aquele silêncio, ninguém me atrapalhando, sabe? De manhã eu vou pra faculdade, entendeu? Eu já entrei num ritmo que eu já consegui adaptar hora pra estudar, hora pra ficar com o filho, hora pra ficar com o marido, hora de trabalhar, hora de não ficar com ninguém, ir pro cabeleireiro pintar o cabelo, ficar comigo mesma sozinha, então assim, eu acho que se eu trabalhasse de dia, eu acho que ficaria mais cansativo, eu não me vejo trabalhando de segunda a sexta e ir pra faculdade à noite de segunda a sexta, eu ia me atrapalhar toda, eu acho que eu não ia conseguir mais ter tempo pra... porque por exemplo se eu trabalhar o dia inteiro e for pra faculdade à noite, eu vou ter que dormir a noite inteira pra poder acordar cedo no outro dia, e eu vou estudar a que horas? Trabalhar de dia eu não vou poder estudar na frente do computador como algumas vezes eu faço aqui. Se eu trabalhar de dia eu não vou poder dormir só um pouquinho e depois ir no banco de madrugada. Então esse é o privilégio de você trabalhar à noite. Você pode fazer tudo isso. (...) Você ganha um outro lado que muita gente não consegue, você cria realmente teus filhos de verdade, você cria sua própria cria (risos)*

Retorna à reunião o tema da relação com o companheiro ou companheira, da desconfiança que existe nessa relação: "

*- Eu acho que além dos filhos, marido e mulher, eu acho que é muito difícil, você precisa arrumar um parceiro ou uma parceira que compreenda isso, e nem todos então assim à disposição pra entender, as pessoas falam: 'você trabalha à noite, mas e seu marido?'*

*- É o que eu falei no início. Mulher que trabalha o marido vai achar: 'você tá trabalhando mesmo ou tá lá fazendo o quê?'*

*- Precisa existir um parceiro ou uma parceira que entenda muito sobre isso*

*e, lógico, tem que ter uma relação-verdade... (...) e até interessante quando a gente quando conversa com pessoas que nunca trabalhou à noite e falam assim: 'mas eu não posso aceitar uma mulher que trabalha à noite'.*

Existe um ar de suspeita dos cônjuges ou companheiros, apontado por um porta-voz do grupo.

A relação das profissionais técnicas em polissonografia com pacientes do sexo masculino também é abordada, citando a ocorrência de "cantadas" e tocando em possíveis representações sobre a mulher que trabalha à noite:

*... porque você vê que tem muito paciente, às vezes, que já me passou cantada que eu percebi na hora, nitidamente, que ele achava que por eu trabalhar à noite, e por eu ser uma enfermeira, porque eles pensam que a gente é enfermeira, ela achou que eu ia sair com ele. Já aconteceu sim desse preconceito, mas é que nem eu falo pro meu marido, só que eu nunca nem contei isso pro meu marido, porque se ele já tem ciúme, se eu for contar... mas é difícil isso, que nem uma pessoa que não é casada, que ainda vai arrumar alguém na vida, uma pessoa que tem que entender, ou pelo menos fazer que nem o meu marido faz, ele finge que não tá com ciúme e eu finjo que eu não percebo o ciúme dele, porque senão não dá certo não. Se for uma pessoa preconceituosa, uma pessoa muito ciumenta, não convive com uma pessoa que trabalha à noite, de jeito nenhum.*

Surge uma representação da enfermeira como uma mulher que já viu tudo, aceita tudo, de modo que não há problema em ver os pacientes masculinos em trajes íntimos.

Parece haver uma atribuição da censura a alguém de fora, como o marido; portanto, nem tudo pode ser contado ao companheiro, que possivelmente reprimiria alguns comportamentos ou

atitudes.

*- É, você tem que ter jogo de cintura, por exemplo: se um dos meninos me contar uma piada suja, que foi até o que aconteceu esses dias (risos), eu conto a piada pro meu marido, mas aí: 'quem contou?', 'ah, foi a ... ' (risos). Entendeu? É sempre uma pessoa do sexo feminino que me contou, nunca... Mas ele sabe que tem, você acha que eu vou contar uma piada, e não vou contar pra eles dois? Eu vou contar pra todo mundo. Mas eu não posso falar 'olha, foi o ... que me contou ou o ... que me contou', não, foi a ... que me contou.*

*- Às vezes você não mente, você omite alguns fatos pra relação ficar melhor.*

Essa integrante traz a questão da censura por intermédio da figura do marido: como é que um homem tem a intimidade de lhe contar essa coisa sexual, porque deve ser de natureza sexual, “uma piada suja”, segundo ela. Pois o marido atribuiria uma "intimidade" à situação de um homem lhe contar uma piada, então ela fala que é uma mulher. Fica a questão: o que grupo recriminaria? Onde fica o limite entre o que não se aceitaria e o que se consideraria correto, não merecendo ciúmes por parte do marido ou esposa? Nesse momento não fica uma distinção clara entre o que pode ou não, o que é aceitável ou não, do ponto de vista da intimidade entre os membros do grupo. Talvez realmente o fato de ficar em um ambiente mais isolado, por muitas horas, à noite, permita esse "trânsito diferente" que ela não vai contar para o marido, que ela censura dali para fora, porque volta a seguinte idéia: *'trabalhar à noite é pra quem conhece mesmo trabalhar à noite, porque a sociedade toda: quem trabalha à noite, é outra coisa totalmente diferente.'*

Parece que os integrantes colocam no grupo significados sexualizados, algo da sexualidade

fora dali, de uma sexualidade quase que controlada e neutralizada, que aparece agora nesse momento através da piada, através de uma certa intimidade. Não se trata de uma sexualidade genital; aproxima-se de uma erotização geral, um investimento no corpo.

Trabalhar à noite é colocado, então, como algo realmente fora do comum, especial: *'Não é uma dádiva trabalhar à noite? Olha que maravilha, nem todo mundo passa por isso (risos). 'É, totalmente diferente...'. 'É maravilhoso! Tem uns altos e baixos ...'.*

Em seguida a essa exaltação do trabalho noturno, retorna a questão do controle frente ao outro, da *vigilância*. É preciso cuidado com o quê e como falar:

*- Você tem que explicar de um modo que você saiba que ele vai entender de um jeito bom. Como se eu estivesse manipulando a cabeça dele: 'não, se eu falar assim, ele vai pensar isso', eu tento imaginar o que ele vai pensar antes de falar. Porque senão...*

*- Tem que escolher as palavras pra falar, porque sabe, senão... já é motivo.*

Não se pode contar toda a realidade do trabalho para o marido ou possível companheiro. Se é preciso escolher as palavras, pensar antes de falar, a pessoa tem que estar bem atenta ao que o outro pensa e sente, como julga as pessoas e as situações; ou seja, tem que *vigiar* o outro. A vigilância mencionada, do chefe, do marido, é uma vigilância deles também para que algo não "escape" (no grupo e diante do coordenador).

Destaca-se o aspecto de que essa vigilância deve ser exercida principalmente nas relações que seriam, em princípio, *mais íntimas*, com os familiares. Lá, no grupo, no ambiente de trabalho, revela-se certa *intimidade*, podem conversar sobre suas vidas, contar piada... A censura relaxa. E, para os outros, eles têm que ficar inteiramente vigilantes, eles têm que vigiar a si próprios

porque senão "algo" pode se mostrar. E esse “escapar alguma coisa” está apoiado no que o outro não vai entender. Então é preciso "manipular a cabeça" do outro, porque no fundo as pessoas terão mais intimidade lá dentro, tanto é que se evidencia a necessidade de controle. Se não houvesse essa atitude ou conduta, ou o desejo, não seria preciso controlar.

Entendemos que há uma mobilidade da vigilância: primeiro aparece na figura do chefe, depois no marido, e após, na própria integrante, que tem que vigiar a si mesma; afinal, a noite seria para fazer outras coisas, que não o trabalho.

O que é depositado na mãe, no marido, enfim, no outro seja quem for, é aquilo que parece ser a representação que as pessoas têm, que eles mesmos têm, só que “diluída” por uma função do trabalho, como se a função do trabalho apagasse tudo isso, apagasse todas essas persecutoriedades que estariam atrapalhando a relação e que estabeleceriam um pré-julgamento no outro. Esse outro, a mãe, o marido, está achando que ela está querendo, que elas ou eles estão querendo (isso fica mais pronunciado na figura da mulher) fugir dos compromissos, ter mais liberdade, então ficam "sozinhos" à noite. Percebemos que, também, eles desejam, de algum modo, essa situação, tanto é que falam: “não deixaria de trabalhar à noite”, só que isso fica diluído porque é possível apresentar uma justificativa racional: “tô trabalhando, tô ganhando mais, mais até do que você” (frente ao companheiro).

Revela-se um prazer em trabalhar à noite para sair da vigilância, para sair do dia-a-dia, do cotidiano, para maior *liberdade*. Para a mulher principalmente, o ganho de prazer dá uma certa culpa, que elas vão traduzir como "a sociedade não compreende", "a minha mãe não compreende", "é difícil o marido compreender"... Então é necessário mentir para o marido; é preciso dar um jeito de escapar dessa vigilância. Mas existe um prazer, um prazer em ir para a faculdade, um prazer em ser essa pessoa que não fica totalmente submetida ao controle do

filho, do marido, e dos afazeres domésticos.

Há um outro ganho aí, que é o *financeiro* que depois "vai calar a boca dos outros", nem que seja a do marido. Mesmo que haja problemas, ela vem com o dinheiro, como se fosse querendo dizer, metaforicamente : "Olha, eu tô ganhando à noite, me prostituindo, mas o dinheiro tá aqui..." "O dinheiro tá aqui, cala a tua boca...". Desse modo, adquire certo poder, pois ajuda a sustentar o filho , a família.

Mostra-se realmente uma fantasia de liberdade, só que é uma liberdade que ainda está marcada por representações sexuais e que vai se expressar depois, no cotidiano, por uma não elaboração dessa passagem, talvez, por uma sexualidade regredida. Porque a pessoa não pode assumir nenhuma sexualidade. Se não elabora essa questão dessa passagem por alguma coisa de liberdade, e que tem a ver com uma liberdade sexual também, mesmo que censurada, entra em certo 'nível de regressão', não elaborado, possivelmente numa forma de "eu quero que me entendam"; senão, "eu viro essa irritabilidade permanente", que não é marcada por uma sexualidade adulta, mas por uma sexualidade infantil.

## ANÁLISE DA 2ª SESSÃO

Nesta reunião, o primeiro emergente é o *esquema da noite*, que diz respeito ao modo como o grupo organiza seu momento de descanso, durante o horário de trabalho. Geralmente dois funcionários, um do sexo masculino e outro do feminino, vão para um quarto vago para dormir durante uma hora. Após esses dois, outra dupla, também uma mulher e um homem, realiza esse descanso. Isso denota a existência de certa liberdade de organização, que ocorre independentemente de determinação ou decisão da chefia. Os participantes explicam esse modo de funcionar: *'Então tem aquelas pessoas que preferem ir primeiro e tem aquelas que preferem depois. Aí já é meio que escalado isso: eu e o S3 dorme no primeiro, a S4 e o S2 no segundo. Mas também tem uma... como que eu posso dizer... exceções...'* Percebe-se que fixaram um casal para o primeiro horário de sono, e outro casal para o segundo horário, havendo excepcionalmente uma troca de parceiros.

A participante S1 diz que, se dorme no segundo horário, acorda *'se sentindo meio aérea... Demora pra pegar no tranco. Então é ruim sair da rotina porque se tenho aula de manhã no outro dia...'* Esse "pegar no tranco" surge como segundo emergente. Ao falar dessa forma de organização do descanso, houve risos e um certo titubear, o que leva à hipótese de uma conotação sexual não explicitada. Quando há mudança de horário, é preciso depois "pegar no tranco", como se aí estivessem ensaiando algo: como é dormir no primeiro horário, e dormir no segundo? A questão sexual está subentendida, e estaria ligada à troca de parceiro. Parece haver uma interrogação, implícita, a respeito da troca de pares.

Há um trecho de falas que se mostra com pouco clareza; há conteúdos subentendidos:

- *É, reveza pra poder tá olhando o exame do outro. Um tem que tá... ficar olhando, enquanto o outro descansa.*

- *Como a gente começa a revezar tarde, a gente nunca vai revezar cedo, então o que a gente faz: vai eu e o S3...*

- *Aí fica os dois...*

- *Dorme uma hora, às vezes uma hora e meia, quando tá meio ruim de acordar (risos)...*

- *Dependendo do momento, né? Tem hora que não tem problema nenhum, porque tem hora que...*

Há toda uma questão do sono, uma hora no meio da noite, revelando que há alguma dificuldade para acordar. Todavia, fica claro que todos querem dormir. Então mostra-se uma relação entre *confiança e dormir* (terceiro emergente): "*como quero dormir, preciso ter confiança no colega.*" Se não precisassem dormir, eles não precisariam ter confiança no colega? Chama a atenção esse aspecto de que é preciso confiar no outro; essa confiança é necessária para que cada um possa ter suas vantagens. No caso de dormir, como percebemos uma conotação sexual implícita, cada um tem que confiar no outro para que o segredo se mantenha. Praticamente, o segredo poderia ser o de não contar para o chefe que estão dormindo, ou o procedimento que adotam para isso. Mas há um outro segredo aqui, que é o segredo de natureza sexual, que está aí embutido. Parece que ficam dependendo muito dessa confiança mútua. Eles precisam confiar para manter o momento de "prazer" (não o encontro sexual, de fato, mas imaginado, representado inconscientemente); então é preciso confiar muito porque não pode vazar nenhuma informação. Todos os integrantes desse grupo são casados, o que seria um motivo a mais para a manutenção do segredo, pois aparecem também conteúdos relativos aos ciúmes dos cônjuges. Em síntese, entendemos que existe um *segredo*

que é mantido nessa noite, e que se mantém entre eles.

Demonstram valorizar muito essa "uma hora" de descanso à noite. Os comentários a esse respeito revelam uma espécie de necessidade de justificar a importância desse descanso, uma vez que eles poderiam dormir no dia seguinte, durante o dia. Um deles diz: *"..” Por mais que a gente vá pra casa, você vai dormir o dia inteiro, essa hora é tão válida que é assim.. ”*.

Esses funcionários montaram um esquema no qual se sentem à vontade e que não deve ser quebrado: *"... eu e o S3 vamos dormir... por exemplo, ninguém chega... chega um funcionário novo... e acaba percebendo..."*. Então esse esquema é algo que compromete a todos do grupo; é de *dependência* total. Um novo funcionário poderia vir a quebrar o esquema.

Um depende muito do outro para que o esquema funcione; se um falhar, o outro poderá ser prejudicado, ser punido. *"Você tem que confiar em todos os sentidos na pessoa... tem a punição e você tem que ser responsável pelo seu exame."* A temática da *punição* é o quarto emergente, que tem a ver com a censura, que deve ser exercida em alguma medida pelo próprio grupo para que o segredo continue preservado.

Surge uma distinção entre o fora e o dentro do grupo. Os problemas, a tensão, ficam do lado de fora, junto com os familiares. No trabalho é tudo mais agradável, tranquilo, as coisas se acalmam. Nesse grupo de trabalho há um acolhimento "de família". Mas a família, principalmente conforme conteúdos da primeira reunião, *não acolhe*. Podemos entender, então, que o acolhimento "de família" está no trabalho. Parece haver um deslizamento do espaço psíquico referente ao acolhimento da família para o grupo de trabalho., o que nos remete ao conceito de continuidade psíquica, conforme Kaës (1997).

A questão do ciúme ressurge nesta sessão e mostra que essas relações profissionais, com a

conotação de familiares pelo grupo, provocam ciúme nos respectivos maridos e mulheres. S3: *"... Gera ciúmes, quem é casado gera ciúmes."*

Emerge também o "colocar-se no lugar do outro" dentro do grupo. S1: *"tem ajuda... faculdade, a pessoa que tava trabalhando comigo acabava trabalhando mais do que eu para eu estudar... acabava sendo mais divertido."*

Novamente vem a relação entre o fora e o dentro. S1: *"...você acostuma no silêncio..."*, referindo-se ao local de trabalho. Já no tocante ao ambiente doméstico, diz S1: *"...barulho de criança ...pra eu ligar o rádio em casa é baixo... em casa muito barulho já não ..."*. Eles vão fazendo uma série de comparações entre fora e dentro, deixando transparecer sensações de maior conforto no trabalho, e de maior desgaste em casa (novo emergente).

O grupo dá destaque a suas diferenças em relação à maioria das pessoas, que trabalham em horário diurno. S3: *"Pela sociedade, nós é que estamos ao contrário."* S1: *"Deveria ter bairro de pessoas que dormiria à noite..."* S3: *"Mas aí não ia ter graça..."*. Ou seja, a graça está no contraste, no confronto. Na fala citada de S1, "dormiria à noite" parece ser um lapso. Possivelmente quis dizer "de dia" e não "à noite", defendendo a idéia de um bairro de pessoas que dormiriam de dia.

S3 expressa outro emergente: *"O gostoso de trabalhar à noite... quem trabalha de dia é uma rotina..."*. Revela-se um prazer em escapar à rotina; é bom não ter aquela rotina igual à dos outros. Notamos um significado de *contraste* versus *rotina*. A rotina do dia-a-dia eles não têm; inclusive a expressão *"dia-a-dia"*, que diz respeito ao cotidiano, não possui equivalente para o período noturno. Não existe a expressão *"noite-a-noite"*. É como se eles, trabalhando à noite, rompessem com o dia-a-dia, com a *rotina*. E não há uma compreensão imediata dessa outra possibilidade - de trabalhar, de viver à noite; é preciso vivenciá-la. S4: *"...tem que ficar três*

*meses... a gente passa a compreender melhor.”*

A rotina está associada ao dia. Eles estão rompendo com a função do trabalho diurno e há um certo prazer nessa ruptura. Mesmo que existam os perigos, os segredos, existe prazer.

Mudanças de sensações ou de comportamentos aparecem como novo emergente. S4: “...a irritabilidade vem... ficamos mais lentos pra ler alguma coisa, precisamos ler duas, três vezes...”. S1: “Às vezes tenho que ler antes de estudar.”

Vale colocar em destaque a seguinte fala de S1:

*Que nem o S3 tava falando que de domingo ele entra na rotina... tava aquele sol e todo mundo se divertindo... e eu não tava agüentando... fui ficando no sol pra não desagradar todo mundo... e foi me dando uma coisa... entrei e só saí pra fora depois que o sol foi embora....*

Podemos questionar: começa-se a ficar irritado com tudo aquilo que tem a ver com o sol, ou com o que tem a ver com o dia, ou com a família? Porque parece que é com o sol, com o barulho, com as pessoas. É provável que seja com a família. S3: “...na realidade seu organismo tá te pedindo uma penumbra...”. S1: “...eu quero dormir, quero que todo mundo some...”. Ele quer ficar só, a solidão da noite. Porém, não é bem uma solidão, pois eles têm companhia, parcerias, no local do trabalho noturno.

Ficar na solidão, não ser plenamente visto ou reconhecido devido à "penumbra", não se diferenciar como pessoa? Seria mais fácil permanecer mais tempo entre "iguais", que compartilham o fato de serem "diferentes" da maioria? S3: “...deixa de ter a nossa própria vontade... pra não se sentir deslocado, fica...”. S2: “...pra você não parecer anormal no meio dos outros..., você é anormal consigo mesmo...” Colocamos a hipótese de que afirmar-se,

assumir o próprio desejo perante o outro, talvez o embate ou um real encontro com o outro, no dia-a-dia, seja uma dificuldade ou um desafio para as pessoas desse grupo (trabalho noturno).

Os integrantes falam de diversos aspectos que lhes causam irritação. S1: "*São pequenas coisas que irritam.*" Exemplos dados por S1: perceber que está sendo olhada com interesse de aproximação por alguém desconhecido, quando está "podre" (cansada, suja); deparar, na feira, com uma mulher que vende alho e grita "olha o alho" a todo momento. Porque estar na feira, durante o dia, implica ver e ser vista, barulho, tudo aquilo se atravessa. Parece que algo aqui se relaciona, negativamente, com o apelo à visão das coisas, pelo olhar (a palavra "alho", lida de trás para a frente, também é "olha").

Um exemplo trazido por S2: "*...às vezes você vem no metrô... quando vou sair... mas consigo fazer a adaptação legal... às vezes chego na escada e tem um casal namorando, aí eu tenho que esperar a escada...*". A questão de uma certa irritabilidade traz consigo uma questão sexual aí posta: "*um casal namorando*". Seria insuportável o prazer do outro, ou o próprio desejo de prazer sexual projetado no outro? Irrita olhar os namorados tendo prazer. É insuportável o prazer, ver o casal de namorados, ainda mais impedindo a passagem dele (a entrada dele no prazer).

Há uma percepção de que não podem ser compreendidos pelos outros, os que não tiveram a experiência de trabalhar à noite. S1: "*... quem nunca trabalhou à noite não vai entender nunca o que é trabalhar à noite...*". S4: "*... quem trabalha à noite tem uma perda muito grande e a produtividade é menor... a partir das 2h00 da manhã....*". Há uma *perda muito grande* em trabalhar à noite. Nota-se aqui o paradoxo: eles se sentem perdedores, mas ao mesmo tempo sentem-se ganhadores porque são especiais, não gostam da rotina; então eles têm o prazer da ausência da rotina do dia. Eles não são vistos: há um prazer aí que não pode aparecer; eles o

têm, talvez, mas não podem dizer. Eles têm que dizer o tempo inteiro que ficam cansados, irritados, porque eles não podem dizer que têm prazer à noite. Só aparece assim numa certa comunhão de “a gente vem aqui e relaxa... parece uma família.” Insistem nisso, deslocando o espaço da família, porque ali não é uma família. Então para disfarçar o prazer de gostar de trabalhar à noite, eles têm que ficar bastante irritados no dia seguinte, porque é como se "eu estivesse querendo mostrar o tanto que estou desgastado" para justificar "minhas" reações ou comportamentos fora do trabalho. É como se essa irritabilidade ficasse ligada a um "disfarce", um disfarce para que eles possam garantir que estão trabalhando muito, que se desgastam por trabalhar à noite, quando, em realidade, eles têm prazer em trabalhar à noite. Assim eles têm que mostrar sempre uma irritabilidade no dia seguinte às atividades noturnas. Mesmo que pesquisas demonstrem que a privação de sono costuma provocar irritabilidade, estamos fazendo uma análise, do ponto de vista dos sentidos que são construídos pelas pessoas do grupo. Uma coisa é a irritabilidade de uma pessoa que não dorme em casa, que fica rolando na cama e não dorme; pode ficar irritada no dia seguinte. Outra coisa é a situação desses participantes: seu excesso de irritabilidade do dia-a-dia que pode estar a serviço do mascaramento do prazer tido à noite. Aí o marido vem e fala: “Você só tá assim porque você trabalhou à noite, você tá irritada”. O outro fica com uma explicação plausível para a irritação: ela trabalhou tanto à noite que no dia seguinte não suporta nada. Contudo, essa irritabilidade pode estar a serviço, ainda, de uma outra questão: não mostrar o prazer sentido, e sim a irritabilidade, para garantir que trabalhem sempre à noite. Porque eles não querem mudar, já falaram que não pretendem mudar, que não gostariam de trabalhar de dia, onde entra a rotina, entra todo o "insuportável" do dia- a-dia.

Com base em Kaës, pensamos na existência de um pacto, inconsciente: cada um estar sempre

irritado para disfarçar o prazer que está sentindo, porque quando eles chegam, no grupo, aparece um alívio; é gostoso, tranqüilo, ocorre bate-papo; brincam, dormem... O que dizem é o contrário do que falam ou mostram no dia seguinte para a família. Então, parece que o exagero da irritabilidade é para poder mostrar que é um esforço trabalhar à noite. É preciso disfarçar todo o "conteúdo sexual" que está posto no trabalhar à noite. *"Ninguém vai entender o que se passa indo trabalhar à noite"*. Somente eles podem ter esse entendimento, o que fortalece a identificação mútua, fortalece o pacto. Percebemos ali o pacto denegativo (Kaës), pacto que esconde "deles mesmos" o prazer que estão sentindo por estar ali, porque eles têm prazer; quando chegam no local de trabalho, expressam "Ah graças a Deus eu cheguei, eu bato papo...", só que eles têm que dizer depois "parece uma família", mas na família é o inverso: a mãe que pede para buscar a cesta, a mãe que fala que a filha está parecendo uma porca, o marido que provoca, o filho que puxa a perna... Aquela história de família - "parece uma família", aquele ideal de família, revelado logo no início da primeira sessão de grupo, não corresponde à realidade por eles comentada; porque na prática a família é um horror. Então "eu vou à noite para o grupo e falo 'parece uma família', harmoniosa, acolhedora"; tudo o que eles não têm na experiência familiar. Mostra-se, aqui, todo um deslocamento de conteúdos psíquicos.

Os participantes avaliam o trabalho noturno, buscando aspectos positivos e negativos. S4: "... essa hora de descanso... se você tiver que fazer um relatório é melhor..." S3: "Perde a coordenação motora." S4: "...nós saímos da luz intensa do dia... não conseguimos ficar na luz intensa à noite." S4: "A gente acaba se adaptando a essa diminuição da luz que em, casa fica tudo apagado..." S1: "... ficar com a luz acesa parece que cansa mais." Essas falas apontam, novamente, para o o nível da penumbra, do encoberto, no sentido do camuflado, do não visto.

S2: "... quando tá cansado, um fala com o outro e ele fala 'hã hã'..." S2: "... parece que vai desligando, quando vai cansando..." S3: "Na rua, se a pessoa pergunta alguma coisa pra você, você pára, processa..." Essas falas sugerem que há toda uma demanda de participação do dia-a-dia que eles não suportam, embora as pesquisas biomédicas mostrem a debilitação por questões orgânicas.

S1 expressa preocupação com a saúde, mencionando problemas que associa com o trabalho noturno:

*"... eu fiquei imaginando, eu não vou chegar aos 76 anos..., continuar nesse ritmo..., essa questão da saúde me preocupa..., tenho gastrite, dor de cabeça, alteração de humor... Vi minha vó reclamando e fiquei pensando: como vou ficar daqui a uns anos..., você fica totalmente bagunçada..., eu fico quente..., chega em casa e tomo banho e daqui a pouco tô quente de novo..."*

Colocamos aqui a hipótese de que alguns distúrbios, que parecem ser psicossomáticos (gastrite, dor de cabeça, variação do humor), ocorram devido a um conflito que fica encoberto, que não é elaborado, por isso levando a certo nível de regressão na conduta. O caráter insuportável do dia-a-dia fica deslocado para alguma coisa que é "eu tenho que trabalhar à noite para ajudar a família"; então não é possível elaborar o prazer de dormir no local de trabalho, de se afastar de todo mundo; tem-se que dizer "eu vou ficar doente, vou ficar isso, já tenho gastrite, dor de cabeça...". A gastrite, a dor de cabeça, a alteração de humor estão fazendo essa *fronteira* entre o dia e a noite. É insuportável viver o dia, e é insuportável entrar em contato com o prazer da noite; então eles ficam com dor de cabeça e/ou outros problemas, mas tudo fica por conta de ter dormido pouco ou não ter dormido bem, quando o que se

configura pode ser a impossibilidade de elaboração do conflito.

Por atuarem diretamente junto a pessoas que possuem algum distúrbio do sono, os participantes têm certo conhecimento dessa temática; alguns deles procuram se informar, ler sobre tal assunto. Desse modo, falam de suas reações ou manifestações ligadas ao trabalho noturno com uma espécie de "conhecimento de causa" que, a nosso ver, serve para consolidar o pacto. Ou seja, é como se a irritabilidade que eles lêem nos textos, das pessoas que não dormem, servisse para eles se sustentarem, apoiarem-se e saírem da elaboração do conflito. O grupo revela, provavelmente, como seria insuportável a vida doméstica; aí esse caráter insuportável fica posto no dia-a-dia, do qual "escapam", mas continuam irritados. A explicação dada é de que tal irritabilidade decorre da privação de sono, mas não é somente isso o que acontece. Se não há a elaboração do conflito, esses distúrbios poderiam continuar ocorrendo mesmo com horas de sono em nível satisfatório. A gastrite, a dor de cabeça, a alteração do humor ficam nessa fronteira entre a noite e o dia, como se constituíssem uma barreira que impedisse lidar com os conteúdos encobertos.

Além da irritabilidade, a fala de S1: "...  *você fica totalmente bagunçada..., eu fico quente, chego em casa e tomo banho e daqui a pouco tô quente de novo...*" transmite a idéia de uma excitação que não é descarregada (que pode ser de ordem sexual).

Um outro emergente desta sessão refere-se à depressão. Observemos a seguinte seqüência:

*S3: ... minhas filhas... o pai tá dormindo, vamos deixar ele... No começo... quando você começa a trabalhar à noite... que lindo, que maravilhoso..., passa 20 dias vem a depressão... , no começo vem aquela excitação enorme, fica até 2 dias sem dormir... depois... depressão...*

*S4: ... quando você fica mais de 30 horas acordado, você vai dormir e não consegue... pressão principalmente na região frontal.."*

*S1: ... tive paralisia do sono, é terrível. Eu não posso assistir programa... eu choro horrores..., assistir Rei Leão... na hora que o Rei Leão morreu...*

Essa depressão pode estar revelando essa dificuldade do dia-a-dia. Há todo um caráter familiar. Isso parece ter relação com a impossibilidade; é o momento em que eles se dão conta das perdas, e, às vezes, deprimem-se por isso. Destacam, por exemplo, a perda da vida social. Por outro lado, deixaram transparecer que ganham muitas coisas, mas deprimem-se porque perdem outras. Fica a hipótese de eles não querem realmente ter essas outras coisas; não querem esse dia-a-dia, essa coisa social e essa coisa "de filho". Porém, como não podem suportar a idéia dessa recusa à família, eles se "escondem" nessa penumbra da noite, mas de forma supostamente justificada - "tenho trabalho, ganho dinheiro, ajudo a sustentar a família", mas a impossibilidade de trabalhar essas coisas gera, como efeito, a depressão, a sensibilidade, uma sensibilidade maior para as coisas em geral, mas não porque são sensíveis. Parece ser uma sensibilidade que se expressa como sintoma da impossibilidade da elaboração desse conflito, que fica depositado em algum lugar; fica depositado na dor de cabeça, na gastrite, na alteração de humor, fazendo uma fronteira mesmo. Como consequência, eles ficam excitados ou ficam deprimidos.

S1 diz: "*... tive paralisia do sono, é terrível. Eu não posso assistir programa... eu choro horrores... assistir Rei Leão... na hora que o Rei Leão morreu...*" Mostra-se aqui algo como ficar sem reação, ficar na emoção, chorando. De algum modo, o grupo diz que essa sensibilidade aumentada não é psicológica. Essa integrante cursa biologia. A relação entre a biologia e a psicologia aparece com frequência. Então é algo biológico o sono, a privação de sono e suas consequências. Essas colocações de uma certa zonzeira, de ficar distraído, desligado, podemos associá-las também, além do efeito da questão biológica, a quando uma

pessoa está devaneando, fica distraída. O devaneio implica estar com outras coisas; além do efeito biológico. Eles estão se apoiando na biologia, sentem efeitos da privação de sono, essa irritabilidade... Não querem que seja psicológico. Eliminam toda a questão psicológica. Assim, todos os problemas que tenham, “de natureza psicológica”, ficam depositados numa problemática biológica. É como se o trabalhador noturno já tivesse sua defesa socialmente aceita; pode assim justificar suas irritações, mau humor, distanciamento, reações lentas e outras características não aceitas ou geralmente criticadas pelas pessoas.

## ANÁLISE DA 3ª SESSÃO

Podemos identificar, como primeiro emergente desta sessão, a euforia e a vontade de "chutar o cachorro" referentes ao trabalho noturno. Comentando sobre a experiência da colega recém-contratada, com menos de um mês na organização, diz S3: *"Ainda tá na fase da emoção... nem do maravilhoso, lembra quando eu falei que tava na parte lá em cima... deixa dar uns três, quatro meses que vai estar chutando até o cachorro, é verdade..."* É trazido, portanto, o contraste entre uma animação ou excitação inicial e a posterior irritabilidade ou reações agressivas que aparecem.

S1, dirigindo-se à nova colega (S5), fala: *" Não vamos assustar ela, coitada, que é ruim também, né?"* Isso nos remete à hipótese levantada na reunião anterior, da existência de um pacto denegativo. Não assustar a colega, para que ela não desanime ou não fuja, pode significar uma estratégia para incluí-la no grupo, garantindo o pacto.

S5 responde:

*Não, não vou fugir, não se preocupem (risos). Vocês ainda vão me ver muito aqui. Eu não vou sair correndo. É diferente mas ao mesmo tempo eu também pelo menos tô achando gostoso; porque eu sou bem curiosa e eu acho que aqui deu pra matar bastante a curiosidade sobre coisas novas e diferentes.*

Nesse "achando gostoso" entendemos que o prazer vem à tona novamente; de algum modo é tocado, justamente pela nova integrante do grupo.

A seguir, alguém refere-se a algo ruim que se liga a estar sozinho. A participante S1 comenta que sua sogra fica sozinha em sua casa, quando ela vai para o trabalho:

*... então ela tá passando um tempo na minha casa e não é uma visita que só foi me visitar um dia, ela vai ficar até o final do mês, e como o meu marido trabalha à noite também então é ruim, eu tenho dó de deixar ela em casa. Então é ruim assim, mas isso não é o fato de trabalhar à noite, se fosse durante o dia eu ia achar ruim do mesmo jeito. É meio estranho.*

Mostra-se uma ambigüidade de sentimentos ao lidar com alguém da família, no caso a sogra; ao mesmo tempo, é bom porque ela ajuda nos afazeres domésticos e é ruim porque ela "entra na casa", sendo alguém que vai interferir na rotina estabelecida na casa.

Esse relacionamento com a sogra pode ser emblemático da dificuldade de estar com o outro (de fora do grupo de trabalho), ainda que esse outro seja atencioso e prestativo, mas relacionar-se implica alguma *demanda de atenção* a esse outro, e eles expressam que não conseguem ficar atentos à fala do outro, às vezes não conseguem sequer pensar.

*S1: Eu fico acordada porque eu fico com dó de deixar ela sozinha mas tem hora que a pessoa tá falando comigo e eu já tenho que pensar pra responder. No plantão retrasado eu tava indo embora, eu fui pegar o ônibus que eu pego todo dia, aí ela perguntou se passava perto de uma fábrica de porcelana, e ele passa. Eu não conseguia lembrar o itinerário. Aí eu falei pra mulher: 'ah espera só um pouquinho', a mulher ficou olhando pra minha cara e eu, sabe... eu na minha cabeça refazendo o caminho do ônibus, aí eu falei pra ela que não, que não passava, mas mesmo assim eu ainda fiquei pensando 'não, eu acho que passa', aí eu*

*fiquei pensando... Aí a sorte é que a mulher tava num ponto do ônibus do lado, porque era um terminal lá, aí eu fui chamar a mulher, pra falar pra mulher que passava.*

O participante S2 dá um exemplo similar de dificuldade para *lembrar* de onde ficava uma rua, quando questionado por alguém: " *Mas aí eu ... 'mas essa rua é pra cá mesmo ou é lá pra cima?'. Aí vim, vim e quando eu cheguei perto aqui eu vi que era essa primeira ruinha aqui. Dá esses brancos ...*" Além da evidente problemática biológica que pode levar a um déficit na atenção ou na memória, podemos questionar o que não pode ser lembrado.

Voltando então ao exemplo de S1, verificamos que a sogra, que faz de tudo para ajudar, atrapalha.

*S1: Eu não ia virar pra ela e falar 'tá vendo, não faz mais isso porque senão eu não durmo'. Pô, além dela me deixar dormir... Então agora eu ponho o despertador debaixo da cama. O despertador é baixinho, então ela fala: 'nossa, mas tu já levantou?'. Eu não falo que eu ponho o despertador... [...] E eu 'ai, eu não consigo dormir de dia'. Eu não vou falar pra ela 'pô, você me deixou dormir um dia e eu acordei dez horas da noite'. Eu fiquei tão nervosa (risos), eu olhei assim no relógio e falei 'eu não acredito que é dez horas da noite, agora eu não vou dormir'. Onze horas da noite minha sogra foi dormir ...*

Ou seja, por ser "maravilhosa", a sogra atrapalha. Aparece aí a *raiva* da sogra.

O grupo passa a falar do esforço, do controle que eles precisam ter sobre suas horas de sono quando estão em casa. Falam de como cada um organiza seu período de atividades e de descanso durante o dia, de modo a conseguir dormir à noite; na noite que se segue ao plantão,

bem como para dar conta das atividades profissionais. São colocadas diferenças entre alguns integrantes: alguns (S2 e S4) trabalham todas as noites, uma noite na instituição Alfa e outra noite, em outro local.; outros integrantes (S1, S3 e S5) trabalham noite sim, noite não, porque trabalham somente na Alfa, que aplica o esquema 12 x 36 h (doze horas de trabalho e 36 de *descanso*). *A seguinte seqüência exemplifica tais conteúdos:*

*S1: Eu tenho que dormir no máximo duas horas durante o dia só pra tirar aquela zueira da cabeça.*

*S4: Se você não tiver esse controle, você perde isso. A pessoa que trabalha noite sim, noite não, se ele dormir o dia inteiro vai chegar uma hora que ele vai sair da noite. Ou ele dorme pouco período pra dormir a noite toda, senão não consegue. Eu trabalhei muito tempo dia sim, dia não. O que eu fazia: dormia duas, três horas no máximo pra à noite eu dormir a noite inteira. Aí sim, é um controle orgânico.*

*S2: Pra dez, onze horas da noite tá dormindo pra acordar no outro dia normal.*

Aparece em seguida o tema da mudança de casa, trazido por S2. No início da sessão, surge a questão de uma outra pessoa em casa, e agora a questão de *mudar de casa*. Podemos levantar a hipótese de que essa "casa" esteja significando o próprio local de trabalho, dadas as representações deslocadas já mencionadas nas reuniões anteriores. Nesta reunião, há uma nova integrante (S5) que, como a sogra de S1, deve trazer *mudanças* na configuração do grupo, da "casa", então há necessidade de mudança.

A mudança de casa de S1 é relacionada com a importância de ficar mais perto do filho nos dias de folga, e também com a busca de reduzir o tempo de deslocamento trabalho-casa

escolhendo-se um lugar com mais facilidade de acesso por ônibus.

*S1: Então vai acabar tornando menos cansativo porque a pior coisa que você tem é você tá pós-plantão e ter que ficar esperando o ônibus de uma hora, uma hora e meia. Então eu até falo... esses dias minha sogra falou 'nossa, você trabalha à noite', e falei que não cansa trabalhar, às vezes eu tenho preguiça de ir embora e fico enrolando pra não.."*

Essa "preguiça de ir embora" e o "ficar enrolando pra não..." deixa algo implícito. Podemos colocar a hipótese de um desejo de ficar no local de trabalho.

O trabalhar "todas as noites" e "noite sim, noite não" surge como novo emergente, que sinaliza diferenças, não somente quanto a esse aspecto, mas também de comportamento. No entanto, essas diferenças entre si, não são apresentadas. As observações de S4 comentam diferentes tipos de estresse, de forma mais genérica:

*Mas é tão engraçado essa coisa desse convívio que quem trabalha, acho que até comentei com vocês da outra vez, quem trabalha noite sim, noite não, é diferente de quem trabalha todas as noites, há comportamentos diferentes: quem trabalha todas as noites, o barulho dos carros te incomoda, não é que incomoda, há uma coisa diferente. Uma vez eu atravessei São Paulo, e fui pra outro lugar... É tanto trânsito que você tá acostumado a pegar fluxo contrário. Então aquilo muda... você vê que o estresse das pessoas que estão de dia, nós passamos esse estresse de não dormir, de ter algumas perdas mas não passamos esse estresse do trânsito. Há uma diferença grande e interessante: eu tava parada no ponto esses dias e eu parei pra observar isso; eles mesmos dormindo à noite, eles passam mais estresse do que nós que não dormimos à noite às vezes. Então*

*por mais que nós falamos assim 'que é ruim, não sei o quê...'; por mais que a gente tenta, assim, a gente percebe que é interessante, à noite. Mas você tem umas perdas, mas você tem um certo ganho. Eu falo do incomodar, não é aquele incomodar de absurdo, mas há diferença de ambiente. O S2 também trabalha todos os dias, também pode tá falando nesse sentido, não sei... eu falo isso porque eu já tenho nove meses na noite direto...*

A seguintes falas de S4 parecem confirmar hipóteses das reuniões anteriores que abordam o prazer obtido em um ambiente mais reservado, mais silencioso, com ritmo mais lento, com menos pessoas:

*... a gente tá tão acostumado com o silêncio que o dia nos assusta, entendeu? Muda, você vai naquele ambiente, você vai onde tem um monte de gente, você quer sair dali, aquele ambiente não tá bom, entendeu? Você vai no trânsito e fala 'mas o que é isso?'. Parece que você muda seu ritmo, você sai do ritmo social de São Paulo quando você trabalha à noite. Você vê tudo mas você tá no canto, quieto. Muda bastante quem trabalha todas as noites e quem trabalha dia sim, dia não. Eu trabalhava dia sim, dia não, tinha essa... o social você consegue também melhorar: a melhor forma, de doze por trinta e seis, é a melhor forma do funcionário noturno trabalhar, é a melhor forma do funcionário noturno trabalhar porque ele tem as duas situações: ele tem o silêncio da noite e tem o convívio social do outro noturno. E quem trabalha todas as noites sai desse ritmo, muda bastante isso. Isso é o que eu observo hoje.*

Esses conteúdos fazem pensar numa contradição: o dia tem uma série de coisas que são insuportáveis (barulho, gente, trânsito, correria), então eles querem evitá-lo; quando isso é evitado de modo mais efetivo, ao se trabalhar todas as noites, esses aspectos positivos já não

são percebidos como tão positivos, pois o convívio social fica prejudicado. Pode-se questionar, então, se essas pessoas se ressentem de fato de um menor convívio com familiares, parentes e amigos, ou se esse acaba sendo um discurso ligado a *aspectos transubjetivos*, carregado de valores sociais mais amplos, tais como os de que "os familiares e amigos devem ser amados, merecem nossa atenção; devemos estar próximos deles."

Segundo S4, o trabalho noturno no esquema 12 x 36 h é "ideal" (sic) para o trabalhador noturno porque permite-lhe usufruir de *vantagens* tanto do dia como da noite. Não haveria aqui uma fantasia onipotente de poder tudo? Ou uma dificuldade de abrir mão, de elaborar perdas? Conseguindo adaptar-se a esse esquema, parece que o indivíduo pode ter tudo. Essa fala de S4 questiona, implicitamente, todas as dificuldades apresentadas pelos outros colegas, S1 e S3, uma vez que eles não trabalham todas as noites, mas sim no esquema 12 x 36 h.

Surge a questão da *adaptação*. Os integrantes que trabalham todas as noites falam da necessidade de adaptação, que parece exigir esforço para que ocorra. S2: "... *E o trabalho de toda noite é: se você se adaptar a dormir o dia tranqüilo, todo dia, você fica legal, tranqüilo, todo dia você tá bem, mas se você se adaptar a dormir o dia inteiro, você tá estragado, toda noite você tá estragado.*" De algum modo, parece implícita nessa fala a questão da irritabilidade, uma vez que S2 insiste em que, se conseguir dormir durante o dia, fica tranqüilo. Enfatiza-se uma dificuldade maior de adaptação para os que trabalham todas as noites. S2, referindo-se a quando trabalhava dia sim, dia não, diz: "*Então eu não troquei o dia pela noite, foi um longo período, isso não foi um período de um ano, foi um período de sete anos. Então eu me adaptei com isso, eu fiz essa adaptação orgânica minha também, inclusive alimentação também.*" E referindo-se ao momento atual, em que trabalha toda noite, S4 expressa:

*Como tá todas as noites, isso muda, porque se você vai dormir o dia inteiro, meio dia você vai ficar sem almoçar; se vai comer, acorda quatro horas você acorda com fome, você vai comer quatro horas da tarde, aí você não vai jantar, você vai fazer um lanche à noite. Então muda, organicamente muda, seus hábitos mudam, mudam bastante, é uma diferença interessante.*

Um outro conteúdo surgido é não olhar para o *relógio*, buscando-se uma forma "psicológica" de lidar com a questão do tempo. Vale lembrar que, na reunião passada, os participantes procuravam justificar suas condutas basicamente por explicações biológicas. Insinua-se, nesta terceira reunião, o reconhecimento de que existe uma dimensão psicológica em suas atitudes ou comportamentos:

*S1: Sabe o que eu tenho o costume de fazer? Pra você ver que também é psicológico: eu não olho a hora que eu vou dormir.*

*S2: Eu também.*

*S1: Quando eu tô em casa, assim que não tô de plantão, eu não olho no relógio a hora que eu vou dormir, eu não tenho o costume de assistir TV então assim, eu não tenho nem noção da hora, eu sinto sono, eu sei que o relógio tá ali, mas eu não olho porque eu sei que já passou das onze horas, eu nunca durmo cedo, mas se eu ver que por exemplo é duas horas da manhã e eu acordar seis horas da manhã pra ir pra faculdade, eu fico pensando: "ai quantas horas eu vou dormir? Ai meu Deus, eu tô cansada". Então pra eu não ficar contando... se eu olhar no relógio, no outro dia eu fico assim: "ai eu dormi pouco, ai eu tenho que ir trabalhar hoje e eu dormi pouco.*

A questão da temporalidade fica aí colocada, pois existe uma representação social do tempo (ganho ou perdido) no período de sono. Eles parecem ter de encontrar uma nova forma de

significar o tempo, de representar o dormir e o sono de modo mais independente da hora marcada no relógio. O horário, o mesmo para grande parte das pessoas de uma mesma localidade, pode funcionar como organizador psíquico do sono. Hora de dormir e hora de levantar podem funcionar como Instituição. Quando isso se quebra, é possível que não saber a hora marcada no relógio seja uma forma de tentar desinstituir a relação horário x sono, ficar descansado x dormir certo número de horas. Há uma angústia, pois não é fácil romper com hábitos ou condutas cristalizadas, que funcionam como organizadores psíquicos.

Realizar atividades fora de casa durante o dia, como fazer compras, ir ao mercado, no vamente são apresentadas com representações sociais que envolvem o olhar crítico do outro: "olha que vagabundo"(sic), "não tem nada pra fazer"(sic).

Como nono emergente, consideramos a possibilidade de *fazer muitas coisas* durante o dia, quando se trabalha à noite. S3: *"Você trabalhar à noite é isso, você fica durante o dia, você tem ... pra fazer bastante coisa."* S5: *"Essa é a vantagem, que pelo menos eu achei isso uma vantagem, tem muita coisa que você tem que fazer, que eu tenho que fazer que eu deixava de fazer porque não dava o horário, o horário não conciliava..."*

A questão de gênero é outro conteúdo. Vejamos a seguinte seqüência:

*S1: Mas gente.. há uma grande diferença entre um homem e uma mulher...*

*S3: Isso que eu ia falar...*

*S1: Homem não tem roupa pra lavar, homem não tem comida pra fazer. Meu marido ele trabalha à noite, toda noite, ele só folga de segunda, ele dorme o dia inteiro. Ele acorda meio-dia porque eu fiz almoço. A roupa dele pra lavar, tá limpa porque eu lavei. Então eu acho que pra mulher é difícil porque você não vai: 'que se dane o meu marido, que se dane o meu filho, que a casa apodreça de sujeira, eu vou dormir'. É uma obrigação que você tem.*

*S4: Dupla jornada de trabalho. Dupla não, tripla.*

As representações sociais da mulher como quem deve cuidar da limpeza, da alimentação, do filho; a contrária, de vagabunda, caso essas funções não se cumpram, mostram-se presentes no grupo. Isso inicia, nessa reunião, conteúdos ligados à sexualidade, que não são, porém, colocados de forma clara. Abordam o relacionamento de casal, deixando transparecer um desencontro entre marido e mulher, parecendo ser também de ordem sexual. Vemos isso, por exemplo, no seguinte trecho:

*S5: ... eu prefiro dormir de manhã também, chegar e já dormir, porque não tem outra atividade, mas tem dia que eu falo: 'se eu dormir agora, eu sei que vou ficar podre até a hora do almoço. Quem é que vai fazer o almoço pro meu marido?' Então aí eu já fico acordada, ele gosta de dormir porque ele também trabalha até tarde da noite. Então é ao contrário: então eu chego ele tá dormindo, ele vai acordar tipo oito horas, que é a hora que eu chego. Às vezes ele enrola até oito e meia e eu fico assim olhando ele na cama, e 'eu não vou dormir agora porque senão eu fico podre pra trabalhar mais tarde', então eu prefiro ficar acordada e faço as coisas. Na hora que ele sai, eu falo 'pronto, tá liberado'.*

*S1: Eu falo isso porque eu tenho umas manias...*

*S4: Percebeu a responsabilidade? (risos).*

As obrigações, as manias (de limpeza, citada por S1), podem estar servindo para encobrir a sexualidade.

Aparece o conflito de papéis na relação conjugal, ligado às representações sociais desses papéis, do homem como provedor, e da mulher como a que é responsável pelas atividades domésticas. Quando isso não corresponde à realidade vivida, os conflitos aparecem, mas os

aspectos da vida sexual ficam pouco claros; são abordados sempre de forma marginal.

*S1: ... Que nem quando eu casei, meu marido um dia, quando eu tava com três empregos, meu marido falou 'eu virei a mulherzinha da casa', aí eu falei 'você virou a mulherzinha da casa e eu virei o macho. Eu não tô vagabundando, eu tô trabalhando, se você quiser que eu seja a mulherzinha da casa, dá tudo o que eu quero, tudo o que eu tô dando pro nosso filho, sem problema nenhum. Eu vou ficar fazendo bolinho, pudim'. Falei desse jeito: 'fazer bolo, pudim, vou ficar limpando a casa todo dia'.*

O homem, marido, é representado no grupo como alguém que ajuda eventualmente nas atividades domésticas, mas que é desligado, não observa detalhes da limpeza, não fazendo portanto os serviços domésticos com a mesma qualidade que a mulher. Diz S1: "*Aquelas pingadinhos na parte de vidro, aquilo me irrita, mas eu finjo que eu não percebi, porque afinal de contas ele tá me ajudando, eu podia chegar cansada e ainda ter que fazer almoço...*" Levantamos a hipótese de que essa aceitação da ajuda masculina funcione como uma maneira de aplacar as exigências de natureza sexual por parte do marido. Pois o desencontro relatado entre os casais faz supor que seja extensivo ao relacionamento sexual. E essa questão vem seguida de outros comentários sobre a irritabilidade, o mau humor, revelando a presença de uma insatisfação que pode estar ligada à questão sexual.

Falam também de uma instabilidade (do humor ou emocional) que percebem em si mesmos. Entendemos também haver aí uma conotação sexual subjacente, que se expressa no trecho seguinte, no qual aparece na fala masculina (S2) um caráter mais próximo a *sujeito da ação*, enquanto na fala feminina (S4), algo mais próximo a *sujeito que recebe a ação*:

*S4: Dá instabilidade.*

*S2: Dá, dá sim. Quando você tá em casa, por exemplo, de folga no final de semana, que a gente folga no domingo, você acorda no domingo de manhã, no sábado, o vizinho com som ligado, você não tá nem aí, você liga o seu também, ouve também tranqüilo; brinca com o moleque, faz cosquinha na mulher. Quando você chega cansado, o moleque passa na sua frente, você olha assim, vê que ele tá querendo brincar com você mas você fala: 'meu Deus do Céu, não dá...'*

*S4: Não agüento... (risos).*

A irritabilidade na relação mãe-filho também é posta. S1 comenta sobre sua falta de paciência e irritação para auxiliar o filho nas lições de casa:

*...Que absurdo fazer isso com uma criança: 'seu burro! Eu vou tirar você da escola. Eu pago cento e cinqüenta reais de escola pra você não entender', falar isso pra uma criança? E ele devia ter o quê... uns quatro anos, por aí, quatro anos e meio. É um absurdo, né? Sabendo que eu tava errada, sabendo que eu ia me arrepender, sabendo de tudo: que eu tava cansada, que eu tava sem paciência, e o coitadinho que ... E até hoje é assim: lição em casa ele nunca faz quando eu tô pós plantão.*

Nessa fala, notamos também sentimento de culpa, mecanismos de auto-punição que parecem presentes no grupo, expressando-se através dessa integrante.

Revela-se a sensação de estar atrasado, de não conseguir dar conta das coisas, de estar perdendo algo - o viver, talvez: S2: *"Tudo é pra ontem, né?"* S1: *"Tudo é pra ontem, e tudo tem que dar certo porque você tá cansada, você tem que fazer tudo logo."* E junto disso, logo

mostra-se uma necessidade de compensar as "perdas", ou de pôr em dia os "atrasos":

*S2: Você quer aproveitar, qualquer instante que você vai perder ali, você acha que perdeu um tempão pra descansar ...*

*S3: Como que eu tava falando de domingo, se eu não descanso, um pouquinho que seja, aí eu fico irritado, mas aí quando você tá dormindo, você quer acordar porque se eu dormir bastante, eu vou perder o dia, não quero perder, quero aproveitar o dia.."*

O domingo aparece representado como espaço de "normalidade", de liberdade, de demarcação necessária entre rotina/trabalho e descanso.

*S1: Hoje eu sou normal, hoje eu sou normal.*

*S3: Como você falou: 'hoje eu sou normal, hoje eu sou normal', é legal, aí fica ... mais agora que não trabalha de domingo, putz... melhor ainda... Quando trabalhava de domingo era como se fosse meio de semana: horrível, chegava no domingo, uma hora da tarde, mau humor: 'tem que trabalhar hoje'.*

O domingo talvez represente um espaço de separação, que parece relacionar-se com a capacidade psíquica de registrar eventos; a representação de ciclos, de processos com início e fim, como ano, mês, semana, parece ser necessária ao funcionamento psíquico.

Na seqüência, vem a idéia de serem "traídos" pelo tempo, quando não faz tempo bom nos dias

de descanso:

*S1: E quando você pega folga que chove a folga inteira, quando você pega três dias seguidos e chove os três dias. Na terça-feira que você tem que vir trabalhar, maior sol!*

*S3: Aquele sol.*

*S1: Ai que ódio!*

Vale ressaltar que *o sol* surge pela primeira vez com outro significado: de algo positivo, ligado ao prazer.

Trazem aspectos ligados à falta de controle sobre o sono, com implicações nas ações, como falar, e na discriminação realidade externa-interna. Há um exemplo disso no falar, havendo troca de letras, apresentado por S1: *'Eu olhei pra cara dele e falei assim: 'você quer arroz, 'fedão' e macarrão?' Aí ele olhou pra minha cara e falou: 'tu tá loca?', e eu falei 'por quê?', 'fedão?' (...) Falando errado, você acha? E sem perceber. Parece que a língua tá pesando três quilos assim.'*

Comentam que, em alguns momentos, eles têm percepções diferentes do que corresponde aos fatos reais:

*S2: Eu não sei se vocês têm esse problema: às vezes você tá assim sentado em casa vendo televisão, ou até mesmo deitado, você fecha os olhos e parece que você tá em outro lugar, você não tá dormindo, não tá sonhando, pior que fica assim um...*

*S4: Tá alucinando (risos)...*

*S3: Tá alucinando já, é...*

*S2: Não, parece que você tá assim .... às vezes eu venho no metrô, assim, parece que tô sozinho na cadeira, quando eu olho tem alguém sentado do meu lado.*

*S1: Acontece isso comigo.*

Comentam também que às vezes há um desligamento momentâneo, de repente:

*S4: Que segundos que você tem sensação que foi uma eternidade, você saiu de si. Eu vi um dia um paciente entrando na recepção, é duma distância de cinco metros, eu vi ele entrando, mas quando eu vi ele tava perto de mim. É como se eu tivesse dormido uma eternidade naquele... entendeu? Alguns passos e parece que foi uma eternidade. Isso é quando a gente tá devagar mesmo, que já tá alucinando, já tá vendo estrelinha... (risos).*

Esses conteúdos revelam uma espécie de "sair de si": não ter controle sobre o sono e sobre si mesmo. Parece que vivenciam com frequência uma situação intermediária entre sono e vigília, devaneio e realidade, e mudanças na percepção do tempo.

Chama nossa atenção que, logo após a discussão sobre esses aspectos, é relatado um sonho por S1:

*Aí eu dormi, só que eu tava sonhando que eu não estava conseguindo dormir, aí no sonho que eu sentei, eu sentei aqui e vi que eu tava nessa salinha daqui dormindo, e eu estava sonhando que eu tava no consultório lá embaixo, quer dizer, eu dormi, mas eu tava sonhando. E aí quando acontece isso eu acordo muito mal porque a sensação de que não dormiu, mesmo que você dormiu um pouquinho, aí quando eu sentei aqui, que eu vi que eu tava sonhando, na verdade eu relaxei e dormi, aí apaguei.*

Esse sonho parece revelar a preocupação com o dormir, em aproveitar qualquer tempo que se tenha, para dormir, quase como uma imposição - "tem que dormir", ao mesmo tempo que mantém uma espécie de "confusão", em que a pessoa não sabe se está dormindo ou se está acordada, se é sonho ou se é realidade, se está em um lugar ou em outro. Tal sonho parece explicitar algo do tecido onírico desse grupo. (Kaës, 2005).

Verificamos uma contradição, no sentido de que muitas colocações dos participantes demonstram uma falta de controle; por outro lado, aparece a idéia de que o trabalho noturno leva a um maior autocontrole.

*S1: É muito psicológico eu acho, eu acho assim que o ser humano tem como controlar tudo, não é fácil, lógico. Você tem autocontrole, você sabe o que você deve fazer pra relaxar, o que você deve fazer pra se acalmar, o que você deve fazer na hora que você tá irritada, eu acho que trabalhar à noite você aprende a lidar com isso. Eu pelo menos aprendi. No começo eu brigava com o marido, xingava com o filho, olhava de cara feia pros outros, agora não, entendeu? Às vezes eu tenho vontade mas eu me controlo.*

Notamos que o aspecto psicológico é novamente destacado nessa fala de S1, ligado a poder ter controle sobre as próprias reações ou conduta. Compreendemos haver principalmente uma necessidade de controle, ou mesmo uma fantasia onipotente de controle, pois eles revelam, de diversas maneiras, que aspectos ligados à irritabilidade, ao humor, à atenção, à fala, à alimentação, ao próprio sono, lhes escapam freqüentemente ao controle.

Podemos pensar que o *controle* estabelecido de fora para dentro, representado pelo relógio, pelo horário ditado por ele, parece causar maior incômodo. O relógio parece funcionar como um mecanismo de controle sobre eles, que então deve ser abolido. "S1:... *Só que assim, eu nunca sei a hora que eu vou dormir porque eu não olho no relógio.*"

*S5: Eu acho que esse negócio de olhar no relógio é a pior porque você fica assim: você abre de novo e fala 'já passou cinco minutos e eu não tô dormindo ainda', 'já passou mais dez e eu não tô dormindo ainda', aí fica aquela coisa e perde tanto tempo maquinando - 'eu não tô dormindo', ao invés de relaxar e desligar tudo, que eu acho que é cruel.*

A busca e a aceitação do trabalho noturno podem estar relacionadas a uma fantasia de escapar desse tipo de controle, colocado na figura do relógio, mas que é construído socialmente, expressando uma instituição - um tempo que vale para todos, que envolve então aspectos da transubjetividade.

Vislumbra-se um incipiente reconhecimento de que o trabalho noturno, com suas conseqüências de ordem biológica, não é o único responsável pelas diversas condutas, atitudes, reações dos participantes fortemente atribuídas a esse esquema de trabalho nas reuniões anteriores. Nesta, mais de uma vez foi citado o aspecto psicológico, e também se falou do que já existia nas pessoas antes mesmo da vivência do trabalho noturno. Por exemplo, S1: "*Eu tenho as minhas manias, mas são manias que eu tenho desde antes de trabalhar à noite, mas eu me controlo porque se a gente for deixar explodir tudo que você quer...*" As manias não são realmente explicitadas, mas já existiam. ou seja, nem tudo pode ser "depositado" no trabalho noturno.

A questão do sol reaparece, atrelada agora à questão da claridade. Há uma preferência pela penumbra, uma vez que a claridade incomoda, faz os olhos arderem, justificando-se isso pela frequência com que ficam no escuro trabalhando à noite. A claridade só é realmente aceita para se fazer *limpeza*. Podemos dizer que é para que se possa ter um *controle sobre a sujeira*, e sobre a efetividade da limpeza. Ao contrário, a escuridão, a penumbra, não permite que tudo seja visto, ou bem visto, ou mesmo controlado. Seria então essa uma razão implícita para que se prefira o escuro?

## ANÁLISE DA 4ª SESSÃO

Obs. 1: A quarta sessão estava prevista para o dia 18/09/2004. Devido a forte chuva em São Paulo, congestionando o trânsito em vários locais, o coordenador e a observadora chegaram atrasados à instituição ABC. Ao falarem com os participantes do grupo sobre a possibilidade de realizar a reunião, os mesmos preferiram adiá-la pois eles também estavam com o serviço atrasado naquela noite, pois houve atrasos tanto da parte deles quanto dos pacientes na chegada à instituição. Assim sendo, ficou acertado o dia 02/10 para a realização da quarta reunião.

Obs. 2: Nas três primeiras reuniões, alguns participantes, após o término da gravação das reuniões, sugeriram que o coordenador lhes fizesse perguntas durante a situação de grupo operativo. Argumentavam para isso que eles poderiam assim atender melhor aos interesses da pesquisa. Além disso, solicitavam algo como um parecer ou *feedback* a respeito do que já haviam dito nas reuniões anteriores. Perante tais solicitações, o coordenador sempre procurou explicar que o método de pesquisa tinha uma abordagem que não empregava um roteiro específico de perguntas, dando maior importância aos conteúdos trazidos espontaneamente pelos participantes. Todavia, com o objetivo de manter um vínculo de colaboração com o grupo, e dada a insistência desse pedido, ao término da terceira reunião o coordenador disse que apresentaria, no início das próximas reuniões, uma síntese do caminho percorrido pelo grupo. E isso foi efetuado na quarta e na quinta reunião.

Obs. 3: Na quarta reunião, houve uma falha no gravador, que impediu que a gravação fosse

efetuada. O texto utilizado para a análise foi derivado das falas anotadas pela observadora. Nessa mesma reunião, enquanto os integrantes iam chegando e se ajeitando na sala, ao mesmo tempo que o coordenador testava o gravador, as falas preambulares foram anotadas pela observadora e incluídas na análise.

Por questões de natureza contra-transferencial, à medida em que havia uma quebra de enquadre a partir da quarta sessão (proposta de um *feedback* pelo grupo), poderíamos pensar que o gravador não tenha sido ligado de forma correta pelo coordenador, inconscientemente, para o registro da sessão.

O primeiro emergente é o *ganho de peso*. Os participantes dizem que os trabalhadores noturnos aumentam de peso, principalmente nos períodos iniciais do trabalho noturno.

Revelam também não ter o mesmo *ritmo* de antes de trabalharem à noite, justificando que a "diferença maior é orgânica" (sic). Este é o segundo emergente desta sessão, sendo que a palavra "orgânico" já apareceu nas reuniões anteriores, geralmente significando algo que é do organismo, que ocorre por uma questão natural ou biológica. Tal aspecto, orgânico, é contraposto ao aspecto psicológico, quando se fala da "força de vontade" (sic) necessária ao emagrecimento.

Após esse preâmbulo, o coordenador faz o enquadramento do início da reunião, dando uma devolutiva das reuniões anteriores, atendendo ao pedido. Uma das falas do coordenador pontuava a ausência de uma integrante do grupo (S6). Essa funcionária faz parte desse grupo de trabalho e, assim como os demais membros, foi convidada a participar da pesquisa. Todavia, ela não compareceu às reuniões, e tal fato não havia sido sequer mencionado pelos

integrantes nas três primeiras reuniões. Levantamos a hipótese de que isso poderia significar a existência de uma força no grupo, não explicitada ou inconsciente, no sentido de não participar da pesquisa, talvez uma resistência em lidar com os temas propostos ou mesmo em se expor perante as pessoas. No entanto, a colocação desse aspecto para o grupo de algum modo forçou a representação da ausência, que passou a ser trabalhada pelos participantes.(VERIFICAR)

O grupo parece não compreender essa ausência de S6 como algo que poderia estar demonstrando um aspecto do próprio grupo. Procuram justificar a não adesão de S6 à pesquisa por uma decisão exclusivamente dela. S3: "A S6... ficou aberto - 'quer participar?'" S4: "... ela mesma falou: 'eu não quero participar'."

Em seguida referem-se à tendência ao isolamento, expressado por S4: "*Funcionário noturno... tendência a se isolar...*". Não há uma aceitação geral desse pensamento, perceptível nas seguintes falas: S3: "... depende..." S3: "*Eu não consigo ficar sozinho... Sozinho me sinto uma ilha...*" S5: "*Eu também, sozinha não gosto não... De noite, pior ainda.*" A idéia de ilha é trazida negativamente, em termos de não querer ser uma ilha. Pensamos, porém, que a imagem de "ilha" para o grupo como um todo é cabível, dada a situação de distanciamento do cotidiano, dos familiares, das pessoas em geral, comentada em reuniões anteriores. Nesta mesma reunião, ao tentar explicar o não comparecimento de S6 às reuniões, revelam que há um vínculo mais forte entre eles que trabalham no 1º andar (S1, S2, S3 e S4). S4 diz: "... *se nós estamos aqui neste 1º andar, a tendência é ter maior convivência... No nosso grupo temos esse vínculo de conhecimento (...) J (supervisor desse setor) chegou a propor um rodízio...*" Essa fala parece confirmar que o vínculo, principalmente entre os quatro integrantes que trabalham no mesmo andar, realmente é forte, de certa forma configurando uma "ilha", ou

seja, o movimento é de atração, de ligação, talvez até de certo fechamento entre os integrantes do grupo, tanto é que uma proposta de separação vem de fora, da chefia (rodízio).

A seguir, surge novamente, como ocorrido na sessão anterior, o sentimento de culpa. S2: "... *hoje senti um pouco de culpa... Hoje tinha um casamento... sempre você tá dividido... às vezes não dá pra conciliar o tempo... Até pra você mesmo você deve.*" S5: "... *antes meu marido trabalhava à noite... agora vejo ele de domingo... falo mais com ele por telefone...*". Essa culpa vem associada a não poder estar mais tempo junto, ou não poder dar a devida atenção ao marido/mulher ou outros familiares. Todavia, a seqüência de associações aponta para uma culpa provavelmente relacionada com o vínculo estabelecido com as pessoas no local de trabalho, algo como se houvesse uma "traição" aos que estão do lado de fora.

*S5: Quem trabalha sempre à noite, os minutos são preciosíssimos...*

*S2: A professora pediu um... de como você administra sua vida... professora, um minuto pra mim é preciosíssimo...*

*S3: ... quem tá com 20, 30 anos, beleza... quem tá com 40... problemas de internação... Isso é stress...*

As falas acima expressam a relação *idade x tempo*, denotando a importância dada ao tempo por esses trabalhadores, simultaneamente ao medo de envelhecer, de perder a vida.

Logo após, ressurge, de forma nova, relação *saúde x dinheiro*, no sentido de que, para se obter dinheiro para sobreviver, paga-se um preço que pode ser até mesmo um prejuízo à saúde. S3: "... *se você tá ganhando uma coisa, ótimo... mas você tá perdendo em saúde.. precisa de dinheiro...*".

Em seguida, emerge a relação *sono x irritabilidade x dinheiro*, ou seja, a privação de sono parece ser outro preço a ser pago pela necessidade do dinheiro. O coordenador pergunta se,

além do trabalho, noturno, há outros fatores que provocam irritabilidade, e eles respondem:

*S3: ... 60, 70 % é a privação do sono... tenho 10 contas para pagar... chega em pleno dia 20... fila do auto-atendimento e tem 10 pessoas...*

*S4: ... eu fiz o exame de um paciente, ele era tão estressado... foi dormir na Amazônia, mas lá tinha um sapo... , isso também incomodava...*

*S3: Aí é o nível do estresse.*

Embora a privação do sono seja apontada como principal causa da irritabilidade, novamente o dinheiro, os compromissos ligados ao dinheiro, são também apontados como fatores estressantes. A fala acima, de S4, sinaliza um aspecto implícito, que não pôde ser assimilado nesse momento pelo grupo, que diz respeito às causas subjetivas, ou psicológicas, para a irritabilidade ou o estresse: o paciente mudou de lugar, foi até para a Amazônia, mas levou o "mal-estar" consigo.

É citada uma ocorrência recente: *a morte*, poucos dias antes da reunião, de uma colega de trabalho (noutro setor), que atuava no mesmo cargo que eles ocupavam. Ao abordar esse fato, falam do desgaste físico e emocional provocado pelo trabalho noturno, deixando transparecer a ameaça sentida de uma *morte* prematura ligada a essa condição de trabalho. Passam então a discutir formas de lidar com esse desgaste, enfatizando estratégias de cunho individual, principalmente relacionadas com a auto-percepção de limites e de resistência; por exemplo, entendem que trabalhar todas as noites não seria para todas as pessoas. Observemos tais aspectos abaixo:

*S3: ... Você sabe que tem essas privações, todo mundo sabe... ela tinha 40 e poucos anos... O trabalho à noite é estressante... O que podemos fazer para amenizar isso?... Eu tava em dois empregos... estava perdendo a minha*

*família... saí e fiquei aqui... saúde, deu esse problema... tem que parar pra pensar, isso é pra cada um, cada um tem seu estalo... é traumatizante... a gente fica muito triste...*

*S5: Vai muito acho que da resistência de cada um... Eu não tenho essa resistência... Cada um tem essa resistência, seu ritmo... Essa questão da D serve pra gente pensar...*

Notamos a associação entre *noite e morte*, e a preocupação derivada de uma identificação com a ex-colega que morreu: S3: "*Deu aneurisma... Tem um outro colega nosso... eu também tenho 40 anos...*" S5: "*... acontece com todo mundo... mas como é com uma pessoa que trabalha com você, na mesma área... você associa.*"

A fala de S2 - "*O ideal seria fazer assim, fazer uma praça pra quem trabalha de dia e outra pra quem trabalha à noite*" parece revelar um desejo de manter, para os que trabalham à noite, as mesmas condições de vida dos que trabalham durante o dia. Porém esse sentido não bastante claro, dada a falta de anotações de algumas falas.

O grupo passa a abordar a questão da exposição do grupo, de falar de si mesmo, aliada ao aspecto de haver ou não uma quinta sessão, uma vez que o coordenador lhes coloca a possibilidade de decidir pela não realização da mesma. Diante disso, aparecem movimentos contrários, um voltado à realização da quinta sessão, outro no sentido de que tudo já teria sido falado pelo grupo. Vale destacar as seguintes falas:

*S4: ... relatar das coisas pessoais é difícil (...) pode ser que seja uma grande fuga.*

*S3: É que tem gente que não gosta de falar...*

*S2: naquele dia que você veio, tava com menos pessoas... você (para o coordenador) imaginou que a gente não tava mais a fim de falar com você..., eu tô disposto a falar quantas vezes for necessário.*

*S5: Tem a impressão... participei de duas reuniões, já falei de tudo, não tem mais nada..., não que não quero participar da reunião.*

Pensamos que falar da morte traz certa angústia ao grupo, que aí volta a pedir que o coordenador lhes dê um direcionamento, numa espécie de fuga, termo usado por S4 (ver acima) ao entrarmos mais em contato com aspectos implícitos ou inconscientes. A temática da morte parece ter remetido à "morte" do próprio grupo, que poderia ocorrer naquela mesma reunião ou na última, algo ainda não resolvido.

Pensamos na hipótese de que essa dificuldade para se mostrar, em trazer conteúdos pessoais de forma mais espontânea, sem um roteiro preestabelecido de questões (como solicitado pelo grupo), pode ter relação com a questão da claridade x penumbra nesse grupo. Em reuniões anteriores, foi colocada a preferência pela penumbra, como também mostraram-se restrições ao olhar; talvez isso justifique essa demanda pela condução do coordenador que, em princípio, lhes permitiria ser menos vistos, a partir de um controle maior da situação por ele que, com um roteiro, uma direção, impediria o vazamento, o escape de alguma coisa.

A temática da ausência, da morte, parece ter levado o grupo a se sentir desorganizado, perdido, revelando um mal-estar. Mostra-se, então, um questionamento do papel do coordenador, revelando alguma confusão na compreensão de seu papel (pesquisador, psicólogo), talvez, de forma reativa, buscando desestabilizá-lo também:

*Coord: ... pra nós é importante aquilo que vem espontaneamente...*

*S4: ... não é um trabalho de psicólogo...*

*Coord: ... é um trabalho de psicólogo sim...*

*S3: ... O trabalhador noturno sente mais uma falta, uma doença...*

No final da reunião, o coordenador, objetivamente, coloca a pergunta sobre manter ou não a

quinta sessão, e o grupo concorda com sua realização, embora ainda demandasse coisas do coordenador, tais como questionar os pontos que teriam faltado para o "raciocínio da pesquisa" ou apresentar uma análise do funcionamento grupal.

Nossa compreensão é de que o eixo organizador desta reunião foi a morte. A fantasia de morte mostrou-se presente durante a reunião, e quando ocorre a intervenção do coordenador, sobre o grupo terminar na quarta ou na quinta sessão, dependendo da decisão do grupo, este opta por "não morrer" antecipadamente.

## ANÁLISE DA 5ª SESSÃO

A reunião se inicia com uma devolutiva do coordenador, na qual faz uma síntese da reunião anterior, apontando os temas que mais mobilizaram a discussão do grupo.

O primeiro emergente retoma a questão da liberdade como vantagem para o trabalhador daquela instituição:

*S3: Já na parte profissional o ganho que nós temos em relação à Instituição Alfa, e existem n trabalhos noturnos de jeitos diferentes; aqui que a vantagem é que a "empresa" te dá uma liberdade pra você trabalhar; fazer sua função sem precisar tá ninguém te monitorando, uma chefia pra ficar te ... então você tem a liberdade.*

O segundo emergente refere-se à chefia (ausência-presença). Este aspecto, já mencionado em outras reuniões, mostra-se de grande relevância para o grupo, ou seja: não haver a presença de um chefe ou supervisor no local de trabalho, mesmo existindo uma pessoa que ocupa essa função, mas que trabalha em horário diurno, tendo contato com o grupo, à noite, apenas esporadicamente. Isso é explicitado na fala de S3:

*Porque tem empresas que não, que tem o trabalho noturno mas tem chefe, ou mesmo outros hospitais que têm supervisores e que comanda mesmo, e que fica ali e você fica como se fosse um funcionário diurno com chefia. Aqui a vantagem, os ganhos, aqui é isso: nós somos técnicos de polissonografia. Cada um tem a sua função, você desempenha bem a sua função, dentro de um grupo, você é um dentro de um grupo e desse grupo*

*vira-se a Instituição Alfa. Então dentro desse mini-grupo, que seriam as equipes da noite, e o técnico, a empresa te dá essa liberdade, fala assim: 'olha, você é técnico de polissonografia', você está lá, não precisa ficar um chefe de grupo daquela equipe pra ficar 'eu quero ver o que você tá fazendo'; não há necessidade disso, ele te dá essa liberdade, mas ele te cobra essa liberdade: 'olha, os seus exames...', ele pega os seus exames... Aqui a vantagem é essa.*

Não ser olhado, observado, controlado talvez, especialmente por alguém que tem um nível diferenciado de *poder* parece ser mesmo importante para o grupo, fazendo pensar na existência de um nível significativo de persecutoriedade. Assim, é preciso de alguma forma escapar a essa vigilância (fantasiada). Se isso é preciso, podemos pensar que algo, no universo psíquico gerado pela intersubjetividade ali formada, precisa ser vigiado, controlado, mas não pelo outro (chefe), o que poderia ser ameaçador, e sim por eles mesmos. Há, assim, a vigilância entre eles, embora deslocada e "colada" na figura do chefe.

Perdas com o trabalho noturno também são citadas, com ênfase nas sociais. Todavia, diz S3: *"Mas no geral eu prefiro a noite."*

A consciência sobre os problemas do sono é um ponto colocado como vantagem para esses trabalhadores, em comparação com outros trabalhadores noturnos. Por outro lado, essa mesma consciência é motivo de preocupação em outros momentos, pois eles atendem muitos pacientes que sofrem de insônia, e acabam constatando que ela pode ser causada pela constante privação de sono, ou pela frequência de um sono com qualidade insatisfatória.

*S4: Então nós trabalhamos na área do sono e ficamos com sono. Então às vezes somos conscientes do que realmente é o retorno disso tudo, temos áreas em que podemos ler isso, estamos com isso, trabalhamos com*

*paciente com insônia, trabalhamos com paciente que (?) noturno, trabalhamos com paciente que tem alucinações, que são fatos que podem acontecer com a gente no dia-a-dia...*

Os participantes falam, de certo modo, dessa relação central em seu trabalho, que é a dele, técnico em polissonografia, com o paciente, geralmente um portador de distúrbio de sono. Há um medo de se identificar com o "doente". Podemos focar aqui a questão do papel, de uma modalidade de vínculo que é introjetada por esse atendente no desempenho do papel profissional. Recorremos a Pichon-Rivière (1991) para analisar essa situação, uma vez que esse autor dá primazia ao vínculo, à representação das relações envolvendo sujeito e objeto, papel. Neste sentido, parece que se propicia, no espaço psíquico, a passagem de um lado a outro, isto é: de *atendente a paciente* com problemas de sono parece ser, do ponto de vista psicológico, mais que uma simples possibilidade. Inclusive porque é trazida a representação de *vício* (qual vício: ficar acordado? não dormir? "curtir" a noite?), que pode embutir a idéia de que eles também têm seu "distúrbio do sono" e, conseqüentemente, poderão precisar de tratamento. A seguinte seqüência ilustra nosso modo de pensar:

*S3: É igual a um médico: tem médico que sabe de tudo, mas fuma. (Risos).*

*S4: Somos apegados pelo vício... Você deixou claro né, S3? 'Eu não quero sair da noite.'*

*S3: Não tem jeito, você sabe que tá te prejudicando, mas eu gosto.*

*S5: Das recomendações... Você falou de fumar, meu primeiro emprego foi com um cardiologista, ele atendia o paciente fumando que o vício era tanto que ele não conseguia. Ele falava: 'para de fumar', 'mas o senhor fuma', 'eu sou médico e é pra fazer o que eu falo, não é pra me imitar'. (Risos).*

O grupo acaba por fazer uma distinção do trabalho noturno, entre aquele que o indivíduo faz porque precisa, por falta de opção, e aquele que faz porque gosta. Com isso, fazem também toda uma deposição de conteúdos negativos, o que há de pior, nos *outros trabalhos noturnos*, o que pode ser ilustrado por S2:

*Existem... exemplo, vai: trabalhador da (empresa de energia) que fica à noite pra arrumar. Deve ser uma profissão horrível, pega frio, chuva, sol, não porque é à noite... e tem que lá, subir, arrumar... Ele gostaria de tá trabalhando de dia, ele tá à noite por falta de opção que hoje o mercado de trabalho tá muito restrito. Então a pessoa vai porque precisa, não porque gosta. A vantagem nossa é assim... Qual é o ganho à noite? No campo geral é esse. Você tem o dia ganhando, porque você faz nos dias outras coisas, mas que pra muitas profissões noturnas você trabalha porque é obrigado. Porque eu já trabalhei de segurança de casa de shows, já fui bastante coisa, olha, era horrível: você entrava às seis horas da tarde e saía duas, três horas da manhã. Não tinha condução, não tinha... Você tinha que esperar até quatro, cinco horas para ir pra casa, porque não tinha condução. Então o povo fala que o trabalho noturno é bom, é ótimo, mas dependendo de onde você trabalha*

O sentido sobre o trabalho noturno se transforma. Agora, não é mais qualquer trabalho noturno, ou *à noite*, mas a natureza do trabalho que vem à tona.

Sinteticamente, entendemos que os participantes estão sendo capazes, nesta reunião, de revelar seu prazer em trabalhar à noite, ainda que seja com a conotação de vício (Conduta ou costume censurável ou condenável; libertinagem, licenciosidade, devassidão. Prática

irresistível de mau hábito, em especial de consumo de bebida alcoólica, de droga). (Ferreira, 1999).

É relevante também o reconhecimento de uma situação positiva, específica à organização em que trabalham. S3: "... *aqui é um paraíso. Porque você trabalha, não tem chefia.*" Mostra-se um movimento de valorização, talvez até de idealização da instituição, do grupo, deles mesmos.

Um outro emergente diz respeito à questão da chefia enquanto uma espécie de "figura do terror" para o grupo: alguém que "gruda", que não dá espaço. Verifiquemos esta seqüência:

*S3: ... Porque você trabalha, não tem chefia. Pra você trabalhar à noite com uma chefia no pé, vamos colocar assim: aporrinhando, é a palavra. Que fica lá na suas costas olhando o que você faz e ainda à noite, a pessoa precisa mesmo, tá bem necessitada, porque senão dá vontade de chutar tudo, dá mesmo.*

*S5: Estressa rapidinho. Porque você tem a pessoa no cangote. (Risos)*

*S3: Porque tá com esses problemas todos de sono...*

*S5: Você tem todos esses fatores e ainda alguém lá colado.*

Certo nível de autonomia, liberdade e responsabilidade que eles percebem ter na execução de suas atividades é apreciado pelo grupo.

*S3: Dão essa liberdade pra nós mas nós somos cobrados. Não é uma liberdade... nós somos cobrados. Mas a vantagem é essa, você tem sua responsabilidade, você sabe o que você está fazendo. Então você não precisa ficar como se fosse uma criancinha que você precisa tá segurando*

*na mão. Você sabe o que faz.*

Essa imagem da *criança*, de não precisar ser conduzido como uma criança, contrasta com os freqüentes pedidos do grupo, nas sessões de grupo operativo, para que houvesse um roteiro de perguntas, o que implicaria serem conduzidos pelo coordenador. Fica aqui a hipótese de haver aí, no plano inconsciente, justamente o predomínio de relações de dependência. Assim, perante alguém de poder diferenciado, como o chefe, o coordenador, "corremos o risco de virar a criancinha e então ficarmos submissos, passivos". Esse é um dos temores do grupo?

Voltam a falar de suas relações, que nos parecem ter um caráter de família.

*S2: Por isso que a gente fala que, naquele grupo de cinqüenta, por que os seis são mais chegados que os outros? Porque a gente vive mais aqui. A gente vive mais tempo aqui do que em casa praticamente, como já foi comentado. Então aqui você conta confidências, até pra esposa você não fala, aqui você fala. São coisas assim que você...*

Aparecem, contudo, cisões no grupo, uma relativa ao sexo dos participantes e outra, ao tempo de inclusão no grupo:

*S3: Isso, mas por exemplo eu converso, porque eu com o S2, conheço o S2 há bastante tempo. Então eu tenho mais liberdade de falar com o S2 do que com a S4, do que com a S5. Então eu conto mais coisas assim de casa pra me abrir, mais com a S4 do que a S5. Por quê? Porque existe os rodízios. Então sai um entra outro, sai um entra outro. Aquela pessoa que você tá começando, é como num... você fica meio assim... você aos pouquinhos vai*

*se abrindo, vai se soltando.*

Verifica-se a necessidade de assegurar a união, apesar das cisões, como podemos ver na fala de S3:

*Mas dentro da equipe é uma equipe, né? Tem coisas que você comenta e coisas que não, como tem gente que pode chegar e falar 'não, não quero comentar nada', que nem em casa eu briguei com a mulher, não vou comentar com ninguém, é particular. Mas você tem dentro da mesma equipe um que conversa mais com um.*

Os integrantes revelam conhecer muito bem uns aos outros por serem poucos e ficarem doze horas seguidas no mesmo local. Falam que a convivência leva a uma observação mútua que permite um conhecimento do outro que se dá para além das palavras, abrangendo gestos, atitudes: S4: *"É um ambiente, estamos no mesmo grupo, se eu não observar o outro... não é não observar o outro, estou com o outro também, estou comigo e estou com o outro"*. S2: *"Aqui um faz parte do outro na realidade."*

As colocações acima nos fazem pensar na complexidade do grupo, uma espécie de amálgama, algo de uma ligação intensa. Isso sugere o predomínio de uma sociabilidade sincrética, de relações simbióticas.

A temática da *confiança* reaparece, deixando entrever, mais do que a confiança existente, uma dependência mútua no grupo para "eliminar" o chefe, ou ao menos afastar o que ele representa em termos de controle, cobrança, cerceamento.

*S2: ... porque a gente lida com outras vidas e se a gente errar*

*conseqüentemente vai prejudicar uma outra pessoa. Então a gente já ganhou essa confiança, acho, né? Já ganhou essa confiança, então a chefia só fala com a gente na última instância mesmo, quando tem uma coisa que tá já derramando pelas bordas, senão...*

A confiança no coordenador e na observadora é pontuada pelo coordenador, e isso é confirmado pelos integrantes, como na fala de S2:

*Na realidade esses cinco bate-papo que a gente teve aqui, na realidade a gente só mostrou o que a gente tinha dentro da mala, que as pessoas sabia que a gente tinha alguma coisa, mas a gente nunca tinha aberto essa porta pra mostrar esse conteúdo que a gente tinha dentro dessa mala pra alguém, digamos assim. E vocês dois, de mim foram as únicas pessoas que a gente começou a falar do sono, o que acontece, tal. Com mais freqüência e com mais seqüência. Foi isso que aconteceu, na realidade a gente, voltando na palavra confiança, abrimo o leque e soltou praticamente tudo do que a gente lembra que acontece no dia-a-dia. Na realidade tá tudo aí.*

Essas imagens de abrir (a mala, a porta, o+ leque) nos permitem supor a existência de algo fechado, revelando a presença da negatividade (pacto) necessária à existência do grupo. É possível que isso tenha a ver com o pedido de direcionamento feito ao coordenador, por um medo não consciente do que poderia "sair da mala" e, quem sabe, romper aquele pacto tão bem sustentado.

Chama nossa atenção a percepção expressada por eles, de que a participação nos grupos operativos lhes possibilitou conhecer melhor os colegas. Isso mostrou-se de algum modo contraditório ao que geralmente comentaram sobre si mesmos, enfatizando que se conheciam

bastante bem.

*S2: O que trouxe na realidade pra mim foi perceber que os outros têm ... 99% das coisas que acontecem comigo, acontece com os outros e a gente não tinha esse... só sabia que acontecia com você mas você imaginava, você não tinha certeza, e se abrindo você teve certeza de que acontece com ele também.*

*S3: É porque a gente só sabia se a pessoa falava. Nessas reuniões não, cada um sabia assim espontâneo...*

Um outro emergente é a expressão de que o trabalho noturno realizado na instituição pesquisada " é só uma pontinha" (sic). Em continuidade, diz S3:

*não que o trabalho noturno tá resumido a isto. Não. É uma ponta de uma coisa muito maior e que aqui tem as vantagens de trabalhar bem: é doze por trinta e seis, tem lugar que você trabalha todas as noites, que o prejuízo é maior, o desgaste é maior. Então do trabalhador noturno é uma ponta e do técnico de polissonografia da Instituição Alfa, já é uma coisa maior que deu pra pegar uma abrangência bem... Pro trabalhador noturno, não. Uma pontinha só que ... nós somos 0,1% do que é o trabalho noturno.*

Perguntamos: *ponta* de quê? Pelo conjunto da fala de S3, talvez se tratasse da ponta de um "iceberg", que tem muita coisa não vista, não revelada, que pode significar o material

inconsciente que transita intersubjetivamente nesse grupo.

Um novo emergente é a "higiene de sono", que é posta como um conhecimento adquirido devido ao trabalho realizado, uma vez que os pacientes por eles atendidos têm problemas que muitas vezes decorrem da falta de *higiene de sono*.

*S4: Eu acho assim que além da questão da gente trabalhar à noite, por ser na área do sono dá maior consciência pra gente nesse sentido, de entender isso, compreender o que é isso, o que é isso pra mim e procurar fazer sua própria de higiene de sono, mesmo trabalhando de noite. Eu sei as conseqüências que pode ter, e eu vou procurar isso pra que eu possa melhorar, vou procurar uma higiene de sono mesmo sendo um trabalhador noturno...*

A fala de S4 sobre o conhecimento obtido com esse trabalho, em parte pelo contato com os pacientes, enfatiza a utilidade desse conhecimento para si mesma, para que possa obter melhor qualidade de sono, por exemplo. Adiante, traz a idéia de tirar proveito da experiência de trabalho de um ponto de vista profissional:

*... só que no momento eu quero trabalhar nessa área, um exemplo, eu quero essa área, pra eu acompanhar, pra eu ter certeza disso eu tenho que trabalhar à noite, não tem outra forma, pra eu saber que a pessoa dorme ou não, tem que tá vendo lá, tem que tá vendo o gráfico, conhecer tudo aquilo. Então é tirar proveito disso nesse sentido.*

Nesta reunião, e nas anteriores, os participantes falaram em vantagens do trabalho noturno

nessa instituição em que se encontram, enfatizando aspectos ligados à liberdade, autonomia, ter o dia livre etc, aspectos esses relativos principalmente à organização e às condições de trabalho. Nesse momento, surge a expressão "tirar proveito" do trabalho, agregando um novo sentido, que parece relativo a ganhos em termos de conhecimento, aprendizagem, ou seja, algo que diz respeito ao desenvolvimento pessoal e/ou profissional. Isso se mostra mais próximo da significação das atividades exercidas, do trabalho em si, para os técnicos em polissonografia. Tal significação aparece ligada ao "poder do conhecimento" que pode curar o outro, que pode fazer o outro se sentir bem. Vejamos, nessa perspectiva, a seguinte fala:

*S2: ... a gente tira proveito com conhecimento que a gente obtém em relação a tudo isso e contribui pra uma outra forma em tá, digamos assim, ajudando no diagnóstico de um paciente, e até fazendo com que às vezes ele venha aqui, tenha uma noite de sono com (?), e a gente faz com que ele tenha uma noite maravilhosa, durma bem e saia no outro dia radiante, falando que nunca dormiu desse jeito. É, tem as conseqüências ruins, que te maltrata um pouco porque você trabalha à noite, e tem as gratificações que você tá colaborando com alguém, ajudando alguém.*

Notamos aqui uma *fantasia de ser um terapeuta*, talvez de ser o próprio médico. Quer dizer, eles estão num estatuto muito diferente daquele trabalhador noturno que é porteiro de boate, ou que trabalha com energia elétrica; aqui eles vão ajudar no *diagnóstico* de um paciente. Mais que isso, eles vão lá e *curam* - fantasia de cura. Há um poder muito grande; então esse proveito de que eles falam está relacionado com o *poder*, poder do conhecimento. É interessante também que aí eles vão se discriminar dos outros trabalhadores noturnos; talvez até queiram manter essa discriminação porque eles são mais poderosos.

A relação com os pacientes, possivelmente com base nessa fantasia de cura, mostra contornos de um trabalho psicoterápico com base na força de vontade, ou mesmo em lições de vida transmitidas pelo atendente.

*S4: ... isso a gente tem consciência, mas mostrar pra ele que a gente consegue e principalmente o de insônia e o depressivo, que ele fala que não dorme de jeito nenhum, que ele tem insônia, e a gente mostrando de acordo com a pergunta que ele faz pra nós, e a gente falando da nossa realidade de uma forma, de uma geral dentro da área do sono, a gente consegue mostrar pra ele que é possível ele dormir, é só ele tentar, é só ele procurar melhorar, procurar deixar ali atrás da porta o estresse que agora ele vai dormir. É um outro estágio de vida, entendeu? Então a gente vê esse retorno, e a gente vê esse retorno de manhã com o paciente, como se a gente tivesse um trabalho psicológico com eles, a gente sente isso bem de perto, dele voltar e falar 'nossa, eu nunca dormi na minha casa e dormi aqui' e dar um abraço...*

Eles relatam ter um acolhimento em relação aos pacientes que procuram a Instituição Alfa. Esse acolhimento é o *trabalho psicológico* do qual falam, mas a questão institucional é descartada por eles, porque, quando alguém vai ao médico e vai depois à Instituição Alfa, já existe uma questão de ser cuidado que é depositada na instituição. Eles estão dizendo que são eles, todo o trabalho. Assim, estão acima/além do aspecto institucional, provavelmente sem que o percebam. É claro que eles cuidam, mas, na realidade, eles se apóiam num cuidado institucional, um acolhimento institucional. Uma pessoa vai lá para saber qual é o seu problema. Não é ele somente, trabalhador noturno, técnico em polissonografia, que resolve o problema do outro, que lhe tira o estresse, por exemplo. Quando a pessoa vai lá, existe uma

deposição na instituição - “alguém vai me acolher, a instituição vai me acolher”, e eles estão dizendo: “a gente acolhe.”

Pelas diversas falas que vão ocorrendo durante a reunião, percebemos que, para esses trabalhadores noturnos, a questão do poder é relevante; eles se sentem muito superiores aos trabalhadores noturnos de outras áreas. Superiores no sentido de ter acesso a uma dimensão de conhecimento que os outros trabalhadores noturnos não têm. Executam atividades que se apóiam em uma tecnologia moderna; por exemplo, eles fazem menção aos gráficos que fazem registro da atividade cerebral durante o sono; verificam esses registros por um monitor de vídeo. É algo que tem a ver com uma área desconhecida, do que acontece com o outro, e eles estão muito "imbuídos" dessa função, meio mágica, de saber o que acontece com o outro.

*S4: Então a gente tem uma facilidade dessa noção de acompanhar, de se um dia eu vá fazer o exame, se eu tô privada de sono, eu vou entender o que é aquilo, eu mesma posso fazer esse exame e olhar aquilo e entender: 'não, eu tô privada de sono, eu tive ... minutos, em quanto tempo eu tive...' Então a minha privação tá me levando a casos extremos, então eu procuro... Há essa facilidade de entender tudo isso, é uma vantagem.*

Percebemos que eles "se misturam" (identificação) o tempo inteiro com o paciente; só que eles "levam vantagem" porque eles sabem; saber e poder estão presentes aqui. Eles sabem que o paciente fica ansioso; sabem que a mudança de ambiente é importante; sabem sobre uma série de aspectos dos pacientes, mas eles, como trabalhadores noturnos, têm esse conhecimento também ligado à própria experiência de privação ou de dificuldade com o sono. Gradualmente o grupo parece ir liberando determinadas representações, que vão configurando

uma figura onipotente do papel profissional que exercem. Para ilustrar nosso ponto de vista, observemos a fala de S4: “ *E o mais importante é que se a gente pudesse juntar tudo isso; porque o médico só vai só no sintoma e a gente vê o outro lado de uma forma geral...*”. Vislumbramos aí a representação de que eles não são somente iguais aos médicos, como são "mais" que os médicos, porque os médicos vão só nos sintomas. Além de ajudar no diagnóstico, eles "são" psicólogos: S3: “*A gente olha mais a parte de psicologia, tem coisas né como a gente tá conversando, usa mais aquela...*”.

Os integrantes do grupo entendem seu papel também como o de um mediador entre o paciente e o médico. Fazem a imagem de uma ponte para representar essa idéia.

*S4: Então a gente conversando (referindo-se ao paciente), a gente tem essa noção. Então há uma facilidade, é como se a gente fosse uma ponte de pegar aquilo e jogar dentro de um questionário, de um relatório técnico, junto com a atividade gráfica, e dar mais tranqüilidade pro médico laudar. Então há essa ponte nossa. Talvez nós podemos conviver mais com o paciente do que o próprio médico que tá atendendo. Então há essa facilidade. Só que nós temos limites até então, é essa facilidade do paciente se expressar, é a facilidade de acompanhá-lo à noite.*

Revela-se todo um processo de identificação com uma figura de importância, de poder, que eles vão pondo nesta reunião. Após terem abordado a questão da ausência da chefia, dos problemas ligados ao sono, das relações intra-grupo, começam a falar do próprio trabalho, das relações com os pacientes, mostrando detalhes do trabalho que executam. Ao fazer isso, expressam a importância do trabalho deles, mostrando o prazer de estar trabalhando à noite, trabalhando nessa instituição devido ao conhecimento e ao poder que isso oferece.

Podemos pensar que essa posição de intermediário, "ponte", acima citada, envolve internalizar características dos dois pólos que são ligados: o paciente e o médico. Compreendemos haver aí uma construção desse papel profissional por meio de processos intersubjetivos existentes nesse "grupo-ponte", nos quais se transmitem as demandas, as expectativas, os limites, tanto de um pólo como de outro. E é interessante notar como as características de ambos os lados se expressam nas percepções, atitudes, condutas dos técnicos em polissonografia, que ora "são" os pacientes, ora "são" os médicos.

A questão do saber, do conhecimento que os técnicos de polissonografia possuem apresenta-se novamente, desta vez justificada pelo acompanhamento que eles fazem do paciente. S3: *"Aí sai o resultado pra depois entregar pro médico solicitante. Nesse processo todo, o único que ficou lá a noite inteira com ele pra ver, foi nós"*.

O grupo estabelece relações próximas entre sonhar, no sentido de desejar, e viver. S3: *"A vida é sonho."* S2: *"Se você parar de sonhar, não há necessidade de viver."* S5: *"O engraçado é que a vida é sonhar."* Aqui, pensamos em algo relevante do ponto de vista da saúde, pois, como defende Dejours (1986), ter saúde é sobretudo ter desejo, ter esperança, e isso se mostrou presente no grupo.

A participação na presente pesquisa é associada à possibilidade de mostrar à sociedade quem é o trabalhador noturno, inclusive contribuir para melhor imagem do mesmo, pois *"ele é visto com maus olhos por muitas pessoas"* (S3).

No final, surge a idéia de uma *nova cidade* para os funcionários noturnos. Vejamos o seguinte trecho:

*S4: Nós podemos começar com uma cidade.*

*S3: Não, já tem: você já vê padaria 24 horas, você já vê mercado 24 horas,*

*floricultura 24 horas, você já tem...*

*S4: Em benéfico do funcionário noturno.*

*S3: São Paulo já tem bastante coisa noturna.*

*S4: Falta é criar uma cidade noturna.*

É como se eles estivessem privados da vida da cidade porque eles trabalham à noite; é como se a cidade fosse feita para aqueles que trabalham de dia. Neste sentido, deveria existir uma cidade para quem trabalha à noite.

A questão do faltar (uma cidade noturna) remete à pergunta: o que falta? O que existe ou o que se passa na cidade à noite, que não pode ser aproveitado por eles que trabalham à noite?

Diz S3: *"O problema nosso aqui é que ... tudo bem que à noite nós tamo aqui, nós temos o dia livre, mas pra quem gosta de sair à noite pra passear, você tem um leque de coisas, só que o problema é a segurança."* S4: *"Mas a gente cria a própria segurança que nem na cidade fechada, né, S2?"* S3: *"Aí é outro problema"*.

A imagem de *criação dessa cidade fechada* faz pensar na existência de um segredo. A cidade fechada veio associada à questão da *segurança*, de se obter maior segurança. E a proposta de S4, de criar a própria segurança, pedindo confirmação disso a S2, leva a supor que algo secreto envolve ou é compartilhado com S2. Talvez pelo fato dele atuar, também, como segurança, nas noites em que não trabalha na Instituição Alfa. Pode ser que ele seja segurança de bar ou boate, como S3, que nesta mesma reunião, disse ter tido a experiência de atuar como segurança de casa de shows.

Com base nessas percepções, podemos questionar: a "cidade fechada" é a parte do grupo que não pode ser revelada, conteúdos que não podem ser conhecidos?

## **CAPÍTULO 5.**

### **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Ao tecer considerações sobre o material recolhido no presente estudo, pensamos que perceber os conteúdos elaborados nas sessões de grupo operativo, a partir dos emergentes por nós identificados, seria útil no sentido de permitir um olhar sintético e seqüencial das representações expressadas pelo grupo focalizado. Assim, esses emergentes são apresentados a seguir:

**Primeira sessão:** família; coisa errada; virar uma outra família (acolhimento e limite); passar a noite tranqüilamente; preconceito em relação a quem trabalha à noite; uma dádiva trabalhar à noite; auto-valorização; depressão, ausência de prazer, irritação; transformação da conduta - silêncio, ser diferente; autonomia; poder da chefia e ameaça projetada no olhar; falta (do quê?); alimentação (comida preenchendo uma fome que não é normal); desligar a relação do sono com o dormir; o corpo (que engorda, que tem herpes, que tem gastrite); comer "porcaria"; coisa de mulher grávida; sentir-se descontrolado e atacado; encobrimento pela escuridão; sentir-se devedor (dos filhos, da família); falar errado; lentificação do raciocínio; um grupo que "acolhe" (função materna); sono incontrolável (dormir acordado); regressão ligada ao sono; vigília-sono / dia-noite; possibilidade de organização - vantagens; um lado "não enlouquecido" - poder fazer tudo, controlar tudo; desconfiança na relação de casal; preconceito dos pacientes em relação à mulher (técnica em polissonografia); brincar, contar piadas; figura do marido (censura); dádiva; vigilância / vigiar o outro; liberdade; ganho financeiro.

**Segunda sessão:** esquema da noite; pegar no tranco; segredo / confiança; punição / censura;

fora (problemas) / dentro (no trabalho - tudo se esquece); acolhimento da família está no trabalho; colocar-se mais no lugar do outro (no trabalho); silêncio, conforto (no trabalho), barulho, desgaste (em casa); contraste x rotina (noite x dia-a-dia); irritabilidade; penumbra; solidão; adaptação x prazer insuportável; perdedores x ganhadores; envelhecimento (trabalhar à noite); ficar quente / banho (para esfriar); depressão; não é psicológico; falar muito.

**Terceira sessão:** euforia (primeiro), "chutar o cachorro" (depois); fugir; curiosidade; demanda de atenção; dificuldade para lembrar; raiva; mudar de casa / mudanças; eles (de fora) x nós (do grupo); o dia nos assusta; ter as duas situações: silêncio da noite e convívio social (do outro noturno); vantagens; adaptação / adaptação orgânica; não olhar o relógio; temporalidade; fazer muitas coisas; gênero / um homem e uma mulher; limpeza x sexualidade; alucinação; sonho; controle; limpeza; controle sobre a sujeira.

**Quarta sessão:** ganho de peso; ritmo; orgânico; ilha; rodízio; idade x tempo; saúde x dinheiro; sono x irritabilidade x dinheiro; morte; noite e morte; praça.

**Quinta sessão:** liberdade - vantagens; chefe x ausência de chefe; como se fosse um funcionário diurno (com chefia); poder; atendente - paciente; vício; outros trabalhos noturnos; chefia (alguém que "cola"); trabalho noturno na organização em que trabalham; criança; confidências (segredo); confiança; derramando pelas bordas; abrir (a mala, a porta, o leque); ponta; higiene de sono; ajudando no diagnóstico; noite maravilhosa; ser terapeuta; trabalho psicológico; poder e saber; ponte; nova cidade.

Entendemos que esses emergentes revelam a modalidade de interação gerada no grupo. Perante esse conjunto, um dos aspectos que mais chamou nossa atenção foi a representação construída no e pelo grupo, de uma unidade diferenciada (frente aos de fora - outros setores da organização, família, amigos, sociedade), uma unidade de acolhimento, de confiança mútua,

uma espécie de comunidade de iguais, onde as pessoas encontram, em conjunto, formas de organizar suas atividades de trabalho (dentro dos limites determinados pela própria tecnologia empregada, é claro) principalmente para enfrentar as dificuldades ligadas ao sono; porém, mais do que isso, constroem um ambiente em que é possível conversar, trocar confidências, brincar, "passar a noite tranqüilamente". Podemos mesmo empregar aqui a imagem, trazida pelo próprio grupo, de uma "ilha", um espaço que pode ser considerado especial, que revela certo isolamento, distanciamento, frente a toda a conturbação do dia-a-dia em uma cidade como São Paulo.

Mas não se trata somente da diferença pelo silêncio, pela penumbra, pelo pequeno número de pessoas. Pensamos que se mostra uma outra diferença significativa: a possibilidade do encontro com outras pessoas, uma forma de encontro que vem se tornando cada vez mais difícil dentro da própria família, dadas as dificuldades comuns dos familiares (horários de trabalho, trânsito, demandas de filhos, compromissos de diversas ordens) para poderem passar determinado tempo juntos, conversando com tranqüilidade. Desse modo, não é difícil entender o deslocamento de conteúdos psíquicos referentes a *família* para o espaço daquele grupo de trabalho. Processa-se uma inversão: lá passa a ser um espaço "de família", preservado, com certo nível de intimidade, prazer e confiança nas relações intersubjetivas. Em decorrência disso, notamos a presença de sentimentos de culpa ligados aos familiares, algo como se estivessem fazendo "algo errado" por abandoná-los à noite, e, ainda, sentindo prazer com isso. Percebemos, então, um conflito de difícil elaboração pelo grupo, e que certamente propicia ou intensifica as reações ou distúrbios psicossomáticos relacionados com a privação do sono, como os citados na literatura científica consultada e apresentada no capítulo I.

Para ampliar nossa compreensão do ponto de vista teórico, sobre a situação acima

apresentada, recorremos a Kaës, em sua concepção de *aliança inconsciente*:

uma formação psíquica intersubjetiva construída pelos sujeitos de um vínculo para reforçar, em cada um deles, certos processos, certas funções ou certas estruturas de que eles tiram um benefício, tal como o vínculo que os liga adquire para sua vida psíquica valor decisivo. (KAËS, 1997, p. 269)

Vale também abordarmos, especificamente, uma das modalidades de aliança inconsciente, o *pacto denegativo*:

... sublinhei duas polaridades do pacto denegativo: uma é organizadora do vínculo e do conjunto transubjetivo, a outra é defensiva. De fato, cada conjunto particular organiza-se positivamente sobre investimentos mútuos, sobre identificações comuns, sobre uma comunidade de ideais e de crenças, sobre um contrato narcísico, sobre modalidades toleráveis de realizações de desejos... Cada conjunto organiza-se também negativamente sobre uma comunidade de renúncias e sacrifícios, sobre extinções, rejeições e recalcamientos, sobre um "deixado de lado" e sobre restos. O pacto denegativo contribui para essa dupla organização. (KAËS, 1997, p. 265)

Percebemos, no grupo analisado, a formação de um *pacto denegativo* de modo a manter o grupo em uma forma de relacionamento que lhes permita preservar seus acordos informais (para o trabalho e o descanso), através de harmonia e confiança entre seus membros, bem como buscando manter a chefia distante pela garantia do cumprimento das responsabilidades profissionais. Além disso, esse pacto destina-se a negar o prazer obtido em distanciar-se das adversidades e agitação do cotidiano, dos problemas familiares, bem como o prazer decorrente das relações humanas no grupo, onde é possível conversar, trocar confidências, dormir, relaxar.

Rouchy e Desroche (2005, p. 253) afirmam a importância do conceito de *pacto denegativo*, que, juntamente com o de *contrato narcísico*, permite considerar uma das modalidades pelas quais se efetua a passagem do instituinte para o instituído. Ou seja, podemos pensar que as condutas e atitudes referentes ao pacto vão se tornando habituais, vão se cristalizando, acabando por institucionalizar-se.

A entrada de uma nova funcionária nessa equipe de trabalho, que passou a fazer parte dos grupos operativos na terceira reunião, torna mais visível a questão do instituído no grupo. Ainda no início da reunião, um outro integrante diz: "Não vamos assustar ela, coitada...", fazendo referência a algo que não deveria ser dito para que ela não se assustasse. Tal situação nos faz pensar que esse "segredo", esse "não dito" relaciona-se com a intenção (implícita) de garantir o pacto. Vale lembrar que "qualquer integração de novos membros cria um novo grupo, provoca um tempo de desequilíbrio e de reajuste dos lugares, das alianças, das oposições na dinâmica interna de uma equipe." (ROUCHY; DESROCHE, 2005, p. 33) Frente a essa possibilidade de mudança, evidenciou-se esse movimento grupal no sentido de inserir a nova integrante de acordo com os padrões instituídos.

A caracterização do grupo pesquisado como um espaço privilegiado, de acolhimento, de respeito, nos remete a uma outra questão, mais ampla do ponto de vista social: a família, com todas as transformações pelas quais vem passando, tem perdido essas características? Está a família perdendo importância enquanto lugar de gratificação, de suporte psicológico para seus membros, construção e reafirmação da identidade?

Com a crescente fragmentação social e perda de referências, reatualizam-se os processos de "diferenciação" do outro e sua conseqüente multiplicação de sentidos, tendo como efeito particularizações e *atribuição de identidade* aos distintos grupos sociais (Silveira, 2000: 55). Segmentação. Segregação.

(FERNANDES, 2005, p. 28).

Em consonância com a afirmação de Fernandes, acima citada, sobre a crescente fragmentação social e perda de referências, o material que emergiu no grupo pesquisado chamou nossa atenção para certa fragilidade ou insuficiência dos laços familiares no sentido de assegurar o pertencimento dos participantes a um conjunto social, deixando frouxos os alicerces da identidade. Isto é, se a família está debilitada em cumprir essa função, outros grupos poderiam fazê-lo. Entendemos que o grupo de trabalho, em nosso caso, pode servir ao preenchimento dessa "lacuna", cumprindo funções de identificação, de suporte, afetivas, tradicionalmente cumpridas pela família. Notamos que nesse grupo existe uma identificação também em nível transobjetivo (Kaës), pois os integrantes demonstram sentir-se parte da organização, destacando a importância do tipo de atendimento institucional realizado, inclusive revelando perceberem-se diferenciados, com maior *status*, em relação a outros trabalhadores noturnos.

Outro ponto a destacar neste estudo refere-se à confirmação, entre os participantes, de diversas queixas comuns entre os trabalhadores noturnos, tais como: sonolência, fadiga, náuseas, irritabilidade, prejuízo da agilidade mental, estados depressivos. (Costa, 2004) As dificuldades familiares e sociais, tais como a redução do tempo e da qualidade da convivência com os membros da família, prejudicando a possibilidade de estar em companhia deles, de realizar atividades de lazer em conjunto, mencionadas em outras pesquisas (Rotenberg, 2004), também foram expressadas neste estudo. Dificuldades no relacionamento sexual, citadas em outros estudos, não foram explicitadas pelos participantes da presente pesquisa, mas foram insinuadas.

Vale ressaltar, todavia, que, em linha gerais, nosso método de pesquisa diferencia-se dos métodos utilizados nas pesquisas consultadas, principalmente pelo emprego do dispositivo

grupal como instrumento para a construção do material de análise. Acrescente-se a isso nosso foco de análise, colocado sobre os processos intersubjetivos de um grupo de trabalho.

Desde que o desenvolvimento da sociedade urbana industrial levou as jornadas de trabalho a se estenderem, invadindo a noite, institucionalizando o trabalho noturno, as relações claridade do dia - estado de vigília, por um lado, e escuridão da noite - descanso, por outro, foram alteradas. Até que ponto pode o ser humano inverter essas relações, que parecem ser uma "ordem natural das coisas", sem prejudicar sua vida, sem causar agravos à saúde? Certamente esta é uma questão que demanda reflexão e outros estudos. Entretanto, levantamos a hipótese de que as ligações dia-trabalho, noite-descanso funcionem como organizadores psíquicos. Sua "quebra", ou a perda desses organizadores, pelos trabalhadores noturnos, poderia levar às sensações de falta, de vazio, de insatisfação, de irritabilidade, por diversas vezes reveladas nas reuniões. Obviamente, não desconsideramos aqui a perspectiva biológica, que afirma que o ser humano é um ser diurno, ou seja, encontra-se ativo à luz do dia e dorme à noite; e que a alteração desse padrão provoca perturbações nos ritmos circadianos. Estamos, porém, buscando trazer à tona os aspectos psicológicos ou psicossociais envolvidos nesse tipo de alteração. Neste sentido, podemos lembrar que o grupo pesquisado demonstrou gostar de trabalhar à noite, apesar dos possíveis problemas que poderiam decorrer dessa situação.

Quanto a questões de gênero, verificamos que dados de pesquisa (Rotenberg, 2004), que apontam para maior complexidade na reorganização da rotina diurna para a mulher, em comparação ao homem, também apareceram no grupo estudado. Especialmente para as mulheres que têm filhos, a realização do trabalho doméstico tende a ser prioritária em relação às demandas do sono.

Fischer (2004, p. 4) ressalta: "Somos uma sociedade 24 horas!" Sem dúvida, em grandes

idades, como São Paulo, há um enorme movimento de pessoas em situações de trabalho e de lazer, à noite. Existe uma "cidade acordada". Se já vivemos em uma cidade que não pára, então para quê criar uma nova cidade? Resgatamos, aqui, a idéia de se criar uma nova cidade para os trabalhadores noturnos, apresentada na última sessão de grupo operativo, mas uma "cidade fechada". Nossa hipótese interpretativa diz respeito ao desejo de manter-se em um espaço reservado, protegido talvez, pois tal representação veio associada à questão da segurança. Pode ser que aí esteja contido um desejo de maior liberdade, de maior prazer ("pra quem gosta de sair à noite pra passear, você tem um leque de coisas..."), porém deve haver controle (cidade *fechada*). Pensamos que esse grupo encontra-se, hoje, de algum modo, protegido pela qualidade das relações intersubjetivas ali criadas, pelo *pacto denegativo* por eles constituído. Todavia, essa segurança, essa proteção, cria uma situação de interdependência, que pode dificultar a superação de seus conflitos: assumir o desejo ou o prazer relacionado com a noite (qualquer que seja) poderia propiciar-lhes uma diferenciação, um desenvolvimento enquanto pessoas, mais recursos para "serem vistos", maior segurança para estar na cidade "aberta".

Também chamou nossa atenção, nesta pesquisa, os reflexos, nos participantes, do processo intersubjetivo gerado pelas relações paciente - técnico em polissonografia - médico. Existe um contato diário entre técnicos e pacientes, geralmente portadores de distúrbios do sono. O trabalho efetuado a partir dessa relação, a polissonografia, será encaminhada ao médico para fins diagnósticos. Verificamos que essas relações são internalizadas pelos técnicos, de tal forma que eles demonstram a introjeção de características dos dois pólos (paciente e médico), uma vez que se situam *entre* esses dois papéis. Ou seja, a constituição desse vínculo intersubjetivo revela-se nos técnicos, que ora demonstram seus problemas e queixas relativos

ao próprio sono (como os pacientes), ora expressam seus conhecimentos sobre essa problemática, explicando causas e conseqüências, diagnosticando situações (como os médicos). Esta análise baseia-se na concepção pichoniana de *papel* e *vínculo* e na de Kaës, que discorre sobre a categoria de *intermediário*. Para ampliar nossa compreensão a respeito, destacamos as seguintes proposições desses autores:

Vínculo é uma estrutura dinâmica em contínuo movimento, que funciona acionada ou movida por fatores instintivos, por motivações psicológicas. Diríamos que a relação de objeto é herdeira da psicologia atomística. O vínculo é algo diferente, que inclui a conduta. Podemos definir o vínculo como uma relação particular com o objeto. Esta relação particular tem como conseqüência uma conduta mais ou menos fixa com este objeto, formando um *pattern*, uma pauta de conduta que tende a se repetir automaticamente, tanto na relação interna quanto na relação externa com o objeto. Desse modo, temos dois campos psicológicos no vínculo: um interno e outro externo. (PICHON-RIVIÈRE, 1991, p. 37).

Entre a assunção de um determinado papel e a adjudicação de um papel a outra pessoa existe sempre um interjogo dialético em forma permanente. E aqui nos encontramos com o conceito de espiral. Na medida que um adjudica e o outro recebe, estabelece-se entre ambos uma relação que denominamos vínculo. Este tende a se desenvolver dialeticamente chegando a uma síntese dos dois papéis, que é o que dará as características do comportamento tanto do indivíduo quanto do grupo considerado. (PICHON-RIVIÈRE, 1991, p. 129).

Quanto à categoria de *intermediário*, Kaës (1997, p. 224) afirma compreender que as formações e processos intermediários são

formações e processos psíquicos de ligação, de passagem de um elemento a outro, seja no espaço intrapsíquico (formação de compromisso, pensamento de ligação, Eu, metáfora...), seja no espaço interpsíquico (mediadores, representantes, delegados, objetos transicionais, porta-voz...), seja na articulação entre esses dois espaços. Sua função é tornar possível a continuidade da vida psíquica, sua complexidade, sua regulação, sua representação por ela própria (auto-representação) e sua representação para outros sujeitos (alo-representação).

Quando as formações e os processos psíquicos intermediários constituem-se entre os sujeitos singulares e o grupo, sendo, portanto, comuns a seus membros, garantem a continuidade e a articulação entre a psique dos sujeitos e a do grupo, mas configuram-se e realizam-se conforme modalidades próprias em cada um desses espaços psíquicos.

Na situação analisada no presente estudo, cabe perguntar, então: que lugar é esse que ocupa o grupo de técnicos em polissonografia? Verificamos que eles encontram-se em uma "área de passagem", ou seja, entre os pacientes e os médicos. O que precisam construir para suportar essa passagem? Pensamos que a construção, no nível intrapsíquico, de uma formação intermediária, aplica-se ao grupo em questão, que ocupa, no que se refere à dimensão institucional, um lugar de passagem, em nível intersubjetivo. Estar na "fronteira", fazendo a ligação entre dois lados, implica cumprir uma função de ligação que manterá, ao mesmo tempo, as partes ligadas e separadas. Na medida em que esses trabalhadores colocam-se perante os pacientes como profissionais que têm conhecimento, que têm poder para lhes aliviar o sofrimento, aproximam-se da figura do médico, e vão além, atuando também "como psicólogos", ouvindo queixas, dando conselhos. Ao fazer isso, garantem maior valorização de si mesmos, o que se mostra como "estratégia" para suportarem as próprias dificuldades, o

próprio sofrimento, pois eles, como os pacientes, também têm problemas de sono. Supomos aqui uma aliança inconsciente, uma construção compartilhada, que os coloca na posição de uma figura de conhecimento e poder que lhes permite suportar o "peso" do trabalho noturno. Entendemos que essa auto-valorização favorece o equilíbrio psíquico, funcionando como uma compensação à possibilidade, conhecida por eles, de "ficar doente" devido às condições adversas do trabalho noturno.

Essas afirmações vêm corroborar nossa percepção do grupo analisado como um "grupo-ponte", que acaba então assumindo, em suas percepções, condutas e atitudes, traços dos dois papéis (médico e paciente) que são por ele "vividos". Todavia, notamos uma identificação com a figura de maior poder (o médico), o que, a nosso ver, agrega um outro elemento de prazer ao trabalho. Cabe acrescentar que o suporte para esse prazer vem da instituição, cujas atividades situam-se na área da saúde (diagnósticos), e que é voltada também a pesquisas, em conexão com uma universidade. Trata-se, portanto, de um universo muito relacionada com as questões do conhecimento, do saber, na área da saúde. Tomando-se essa situação pela perspectiva de Bleger (1989), ao defender que "o indivíduo é o grupo", ou por Kaës (1997), com sua concepção do *nível transubjetivo*, compreendemos que essa construção do grupo, de uma *figura de saber e poder* da área da saúde, como intermediário e objeto de identificação, é totalmente congruente ao universo simbólico da instituição onde está inserido o grupo estudado.

Apesar das alterações no funcionamento biológico ou psicossocial provenientes do trabalho noturno, que podem causar prejuízos à saúde, compreendemos que o grupo pesquisado revelou, de forma geral, encontrar-se em condições predominantemente positivas para o enfrentamento das adversidades ligadas a seu universo de trabalho.

Segundo DEJOURS (1994, p. 24),

o trabalho torna-se perigoso para o aparelho psíquico quando ele se opõe à sua livre atividade. O bem-estar, em matéria de carga psíquica, não advém só da ausência de funcionamento, mas, pelo contrário, de um livre funcionamento, articulado dialeticamente com o conteúdo da tarefa, expresso, por sua vez, na própria tarefa e revigorado por ela. Em termos econômicos, o prazer do trabalhador resulta da descarga de energia psíquica que a tarefa autoriza, o que corresponde a uma diminuição da carga psíquica de trabalho.

E, ainda, conforme esse autor:

A carga psíquica do trabalho é a carga, isto é, o eco ao nível do trabalhador da pressão que constitui a organização do trabalho. Quando não há mais arranjo possível da organização do trabalho pelo trabalhador, a relação conflitual do aparelho psíquico à tarefa é bloqueada. Abre-se, então, o domínio do sofrimento. (DEJOURS, 1994, p. 28)

O que pudemos notar, no grupo de trabalho pesquisado, é que, mesmo havendo uma organização do trabalho preestabelecida, que se impõe pela marcação prévia dos atendimentos aos pacientes, bem como pelo manejo de equipamentos destinados ao registro do sono, existe um espaço de liberdade para que os próprios técnicos façam algum tipo de arranjo, conforme suas preferências ou necessidades. Ficou claro que a ênfase na avaliação do desempenho profissional é colocada no resultado final: um exame (polissonografia) bem feito. Além desse aspecto, o próprio grupo estabelece a forma do intervalo para descanso, o que lhes confere certo poder de organização no trabalho. Esse quadro revela que, se não há plena liberdade para que o grupo organize seu trabalho, também não existe uma situação de rigidez, que bloqueie

qualquer iniciativa ou criatividade por parte dos trabalhadores.

"Quando se ataca o desejo do trabalhador, e há organizações que são terríveis porque atingem diretamente isso, provocam-se não somente perturbações, mas também sofrimentos e, eventualmente, doenças mentais e físicas." (DEJOURS, 1986, p. 10) No grupo analisado, não vislumbramos um ataque ao desejo; percebemos, sim, a existência dele, mas com indícios de um "represamento" nas fastasias, o que impediria uma efetiva realização.

Não buscamos neste trabalho encontrar perguntas nem respostas fáceis. Sabemos da complexidade do tema e da "encruzilhada" formada pelas diversas áreas do saber em que se encontra. Esperamos, com ele, contribuir para ampliar a reflexão, bem como para gerar novos questionamentos a respeito dos assuntos focalizados.

## ANEXOS

### ANEXO 1. SESSÕES DE GRUPO OPERATIVO

1ª Sessão - 07/08/2004

Coordenador - A questão é de vocês pensarem nas relações do cotidiano de vocês, tanto dentro como fora da instituição. Pensar o trabalho de vocês e a relação que esse trabalho tem com as questões de relacionamento de saúde; e de relacionamento tanto dentro do próprio grupo como fora. Fica aberto pra vocês pensarem e colocarem o que vocês quiserem.

S1 - Mas você fala do relacionamento até com a família, no caso, ou não, só entre...

Coordenador - Todo tipo: naquilo que afete tanto internamente, que seria aqui, como fora, aí pode envolver família inclusive.

S1 - Mas você fala pra gente falar sobre isso, mas você fala o que é ruim, o que é bom nesse sentido? Por exemplo, o que é ruim de trabalhar à noite? O que ajuda o que atrapalha?

Coordenador - Exatamente, todos os aspectos, quanto mais vocês procurarem ser abrangentes... aquilo que vocês acharem que faz sentido. Aí pode ser os aspectos positivos ou também o que você falou: as dificuldades.

S2 - É que pra gente falar assim espontaneamente, sem uma pergunta lançada, você não sabe por onde começar realmente.

S1 - Eu acho que a gente podia começar assim: o relacionamento entre nós aqui. É uma família, né? Eu mesmo passo mais tempo com eles do que com o meu marido e do que com o meu filho também. Passo mais tempo com o pessoal aqui. Tanto que quando alguma coisa tá errada na minha casa, eu tô com algum problema em casa, eu não esquento tanto a cabeça do que quando eu tenho um problema aqui. Porque a gente gosta de sempre trabalhar bem, sempre estar num ambiente leve. Então quando tem alguma coisa errada, que não é o caso exatamente deste plantão, mas eu já vivi situações ruins em outros plantões com outras pessoas e pra mim foi terrível porque eu ficava mais aqui do que em casa. Então eu acho assim: o convívio entre os profissionais que estão comigo, tem que ser um convívio de

descontração, de responsabilidade, lógico, mas de descontração, de uma convivência espontânea, a gente acaba...

S3 - Virando uma outra família.

S1 - Uma outra família. O que eu to dizendo é assim: não tem como você fingir uma coisa que você não é porque é muito tempo junto, não tem como tentar... Por exemplo: eu sou uma pessoa que falo muito (risos), então to enchendo o saco de todo mundo o tempo todo. Eu não conseguiria ficar quieta por muito tempo. Eu acho que eu ficaria doida porque você não consegue fingir. Por outro lado, às vezes, até seria bom porque às vezes eu falo até demais, mas é uma família. É claro que no serviço a gente se contém mais, lá em casa não, se eu quiser mandar “praquele lugar” eu mando, aqui eu não posso, né? (risos) lógico que não é a mesma coisa do que uma família, mas é uma convivência bem grande.

S2 - E uma das partes que complica mais o relacionamento que você tem com a família, o dia-a-dia de fora, é porque você se preocupa tanto com seu trabalho que você chega em casa e você quer ter o seu descanso pra quando você voltar você tá bem, porque você vindo bem pra cá a sua noite passa tranqüilamente, e o acontece é que, às vezes, é que as pessoas de casa, os amigos chegam, você tá um pouco cansado, você não tem aquela mesma disposição que você tem com os amigos que você trabalha à noite com eles. Às vezes eles percebem que você não tá legal; fica um pouco de tempo com você, e daqui a pouco vai embora, coisas desse tipo. Os filhos também, às vezes, querem ir em algum lugar, você vai, mas vai com aquela pressa de que tem que voltar pra trabalhar.

S4 - Eu acho que existe a não compreensão da sociedade pra o funcionário noturno. De uma certa forma não existe, as pessoas não têm noção, a sociedade não está adaptada com o funcionário noturno. Tanto que qualquer empresa, todas as empresas, pelo menos todas as pessoas que eu tenho conversado eles não têm noção disso, eles não sabem o que é isso, não sabe o valor que é dormir, certo? Eu acho que é isso. Nós trabalhamos na área do sono, eles não sabem o valor do que é dormir, porque quem dorme de dia, eles acham que dormir uma hora tá bom é aí ele não sabe toda função porque o sono foi tão expresso pra eles. Não é tão necessário, é necessário, eles dormiram, mas pra quem dorme de dia pra eles não é tão necessário. Há uma diferença muito grande que todos deveriam se conscientizar, principalmente as grandes empresas, eu acho que se começar por aí a coisa vai mudar pra

muito funcionário. (risos)

S1 - Porque mesmo que você durma, suponhamos seis horas durante o dia e se você for comparar com uma pessoa que dormiu seis horas durante a noite, quem dorme durante o dia o sono é muito mais fragmentado: você acorda mais vezes, não relaxa tanto porque o mundo tá normal, você que tá dormindo, se o vizinho ligar o rádio no último volume você não vai chegar pro vizinho e falar “abaixa isso aí que eu tô dormindo”, meio-dia, você não pode falar. E que nem o S2 falou, às vezes a gente passa por situações difíceis, eu tenho uma cunhada minha, por exemplo, que ela sempre vai em casa e ela fica “Que você tem? Você tá com algum problema? Você não tá boa?”

S4 - Percebe a falta de compreensão?

S1 - Você vê que às vezes você tenta demonstrar... vai uma visita na sua casa, e você tá cansada, você não vai virar e falar: “ah eu tô com sono”, é muito desagradável. Você tenta disfarçar, mas que nem essa minha cunhada que me conhece muito bem, ela acha que eu tô estranha, que eu tenho algum problema, e não é, é puro cansaço. às vezes me dá vontade de falar “sabe o que é? É que eu queria tanto dormir” (risos), mas você não vai falar, ela fala: “você tá com sono, né?” e eu falo “não...” (risos). É lógico que eu tô com sono, mas você vai falar que você tá com sono?

S4 - Dá licença, vai embora. (risos)

S3 - Quem trabalha à noite tem esse problema mesmo, né? Fica mal compreendido. Porque você trabalha à noite, à noite pra nós é o dia, pra quem tá trabalhando de dia.

S4 - É que a sociedade só vê o fluxo grande.

S3 - Como a noite é totalmente diferente, tem o problema familiar também naquele sentido: se a mulher tá trabalhando e deixa o marido em casa dormindo, chega no outro dia o marido vai falar: “como foi lá? como foi lá?”, a mesma coisa o homem, deixo minha esposa em casa e aí “como foi lá? como foi lá? É você tava lá com toda a mulherada lá, né?” é a mesma coisa. Como o clima à noite... Pra sociedade, noite é dormir, é passear, não é trabalhar. Então quando você fala que tá trabalhando à noite “ah não você não pode tá trabalhando, tá lá fazendo qualquer outra coisa menos trabalhando”.

S1 - Normalmente já é um preconceito com a pessoa que trabalha à noite.

S3 - É geral o pessoal achar isso, mas não, é totalmente diferente. Como falou, quando chega em casa, sete horas da manhã, oito horas da manhã, é oito horas da noite, nós estamos totalmente invertido. Só que oito horas da manhã tá todo mundo indo trabalhar, quem pega o Metrô olha assim: “olha, tá todo mundo indo trabalhar”, mas nós não, tamos vindo dormir, tamos fazendo o caminho inverso.

S1 - Mas nem sempre indo dormir, né? Que nem, ele estuda, eu estudo...

S3- Aí chega em casa com aquele problema. É como se fosse à noite vai, você saiu daqui às sete horas da manhã, você vai fazer faculdade de manhã, é como quem trabalhasse até às sete horas da noite e ia fazer faculdade até às onze horas da noite. É o mesmo sentido. Só que aí quando você chega em casa, nesse caso que tá fazendo faculdade, chega em casa meio-dia uma hora da tarde, você vai dormir, só que você fala que vai dormir uma hora da tarde: “vagabundo, você vai dormir?”. Isso é uma compreensão errada.

S1 - Meu filho, às vezes meu filho vira pra mim e fala: “mãe você só dorme!”

S4 - Percebe como tá tão distante, toda mesma forma?

S3 - À noite é diferente, quem trabalha à noite...

S4 - É uma dádiva... (risos)

S3 - Só que é gostoso, quem trabalha à noite, acho que não troca a noite mais pelo dia.

S4 - Porque quem trabalha à noite, não são todas as pessoas que conseguem, são poucas.

S1 - Tem que se adaptar.

S4 - Há uma adaptação grande.

S1 - O organismo tem que se adaptar. Não é só você gostar de trabalhar à noite.

S3 - É que nem eu, tô há dois anos e meio.

S2 - Outra coisa é que a maioria das pessoas não acredita que você passa uma noite acordado.

S3 - Isso.

S1 - É...

S2 - Meu, não tem condições de você trabalhar a noite inteira...

S1 - Dentro da empresa mesmo você vê que tem isso, as pessoas que sabem o seu serviço, sabem como é, e você vê no tom das pessoas conversar que acham que eu ganho “x”: “nossa! Você ganha isso pra trabalhar doze dias no mês?” Pô, são doze dias, mas são doze horas, né? O pessoal não associa o...

S4 - Mas todas as pessoas têm essa visão, aí vai pra noite, algumas pessoas vai por essa questão: “nossa, aí vou ficar muitos dias em casa”. Aí vai trabalhar à noite, fica um dia, uma semana, duas semanas; aí eu falo: não você tem que ficar três meses, pra você sentir organicamente, pra você sentir o que é noite, aí sim, você vai saber se você é um funcionário noturno ou não, pra definição do período você tem que ficar no mínimo três meses, menos do que isso é uma fantasia, você fica feliz da vida que você quer voltar a trabalhar.

S1 - Porque é claro, você trabalha doze dias, mas por exemplo, que nem a gente aqui, a gente trabalha: terça, quinta, sábado, segunda, quarta e sexta, certo? Que dá noite sim, noite não; aí a gente fica sábado, domingo e segunda. Sábado que seria a nossa folga. O sábado não é proveitoso porque você trabalhou a sexta-feira a noite todinha, você tá estragado, um bagaço, né? Domingo... Ainda que eu sou casada, né? Eu não ligo muito de sair, mas se é uma pessoa solteira: domingo não tem muito lugar pra ir, na segunda menos ainda. Então, principalmente uma pessoa solteira, no caso, eu acho que não agüentaria trabalhar assim, você trabalha doze dias no mês mas no dia que você tá pós-plantão você acaba fazendo as coisas porque você tem obrigação de fazer aquilo, por exemplo: ir a um banco, limpar uma casa, ir na faculdade, porque você tem que fazer, porque se você pudesse deitar e dormir você com certeza ia fazer isso, mas você acaba não fazendo, aí é onde você, lógico, não é sempre, mas tem fases que a gente, no meu caso, a gente fica irritado. Eu tenho época que eu durmo porque eu não agüento ser eu, sabe? (risos) Eu penso assim: “meu Deus eu vou dormir, porque eu sei que vou ser estúpida com meu filho, ser estúpida com meu marido”, eu não gosto de pedir desculpa, então eu sei que depois eu vou ter que pedir desculpa. Então eu penso assim comigo (risos): “não, dorme porque hoje você não tá boa pra conversar com ninguém”. Tanto que às vezes meu filho olha pra mim e fala: “vixi, tá pós-plantão”. Ele fala, meu filho fala, ele tem seis anos e ele fala isso.

S4 - Mas isso é perceptível, né?

S1 - Agora, tem época que não. Tem época que eu tô super bem.

S4 - Mas pra quem trabalha à noite é uma mudança muito grande o silêncio é a maior parte, você vive em silêncio. Inclusive teve uma vez que eu até fiz um exame de um empresário e ele falou do funcionário noturno dele, ele falou assim: “eu não sei, eu não consigo, você trabalha à noite você fala, mas meus funcionários não falam”. Por quê? Pela questão do silêncio de ficar consigo mesmo. Você percebe isso com várias pessoas que trabalham, à noite. É diferente o comportamento social, ele é diferente. O ser é diferente, entendeu, não é todo mundo que é assim.

S1 - Eu acho que a pior coisa de trabalhar à noite é você chegar em casa e ver que as pessoas que você convive mais, que nem o meu marido, às vezes minha mãe pensa assim: “pô ela não fez isso, ela podia ter feito isso”.

S3 - Não compreenderam, né?

S1 - Que nem meu marido, ele tenta demonstrar que ele compreende, porque meu marido também trabalha à noite, mas ele só trabalha à noite, meu marido não estuda, meu marido não limpa a casa, entendeu? E se eu ficar falando isso pro meu marido todo dia a gente se separa porque, você concorda, eu vou ficar uma chata: “é, mas não é você que limpa a casa, não é você que lava roupa”. Então o que mais me incomoda é isso, é eu ter que ter um jogo de cintura de mostrar pra ele que eu faço mais coisas que ele, mas sem ofender ele. Então eu acho que o mais difícil pra mim, de trabalhar à noite, é isso; e o que eu mais gosto de trabalhar à noite, por exemplo, é que você não tem ninguém te olhando, te mandando, analisando o seu serviço, você tá com pessoas que tenham no mesmo nível dentro da empresa, no mesmo nível que você. Então você faz o seu serviço, você sabe como é feito. Eu chego aqui eu atendo os pacientes, eu faço o exame, eu vou embora, eu grampeio os meus exames, limpo o espacinho, tá tudo feito, você não tem aquela pressão.

S2 - O chefe, às vezes, nem pressiona tanto você, mas só de você ter o convívio de “ele é o meu superior” que você quer fazer tão bem feito que você...

S1 - Que nem à noite, por exemplo o nosso serviço, a gente tem que olhar o exame pra ver se não cai nenhum eletrodo, lógico, mas se eu quiser ler um livro enquanto estou fazendo isso eu posso. Às vezes eu tenho prova na faculdade, eu costumo fazer resumo, se eu quiser reler o que eu resumi, eu posso. Agora se, por exemplo, o R estiver sentado ali comigo, por mais que o R seja uma pessoa... que ele deixa, o R sabe que a gente faz isso, mas eu acho que já eu não,

entendeu... Então à noite você fica mais à vontade, você acaba aproveitando mais o seu tempo pra fazer as coisas que você tem pra fazer. Por isso que eu gosto de trabalhar à noite, não trocaria a noite pelo dia. Eu só trocaria a noite pelo dia se eu fosse ganhar mais, claro, aí sim. Mas se alguém virar pra mim e falar assim: “você vai ganhar a mesma coisa pra trabalhar de dia”, eu com certeza não iria querer.

Coordenador - Você já teve a experiência de trabalhar de dia?

S1 - Já. Eu comecei a trabalhar à noite quando eu entrei aqui, faz seis anos, mas antes eu era técnica de eletro-encefalograma e eu trabalhava de dia e eu estranhei no começo de trabalhar à noite, mas agora eu não troco de jeito nenhum.

S3 - Eu acho que todo mundo, né? Eu trabalhava também de dia, quando passei à noite, é como a S4 falou, no começo é aquela excitação. Então tudo sabe? É maravilha, a noite e tal novidade. Aí passou um mês, dois meses vem aquela fase de depressão...

S1 - O corpo vai sentindo.

S3 - Você vai numa ascendente, aí você vai numa descendente, mas bem lá em baixo mesmo, aí você vem com depressão, você vem com tudo que é negativo. Porque o corpo tá sentindo. Porque quem tá acostumado: trabalha de dia, dorme a noite...

S1 - Você sente vontade de se isolar, você fica querendo ficar sozinho, que você tá cansado, você não quer...

S3 - Porque a mudança, não é uma mudança assim: “você vai ter uma adaptação”. Não, é uma mudança brusca. Hoje você tá dormindo à noite, ficou dormindo vários anos à noite, aí amanhã você começa a trabalhar à noite, você vai trabalhar à noite, então aquela noite você já não dormiu, aí você vai a outra noite, a outra também não. É uma gota d’água que vai transbordando...

S1 - É complicado porque uma noite você tem que ficar acordada, a outra não...

S3 - Aí vai chegar um momento que o seu corpo não tá mais agüentando. Então quando seu corpo não tá mais agüentando afeta o emocional, o físico, tudo. Então você fica irritado, a esposa fala um “A”, você já fala o abecedário todinho pra ela, a filha fala: “pai”, aí (esbraveja), é uma fase, passando essa fase, nessa fase a família tem que ser unida pra compreender esse momento. Aí você volta, o corpo vai acostumar. Aí quando você acostuma

o corpo, beleza aí você vai tranquilo. Pode ter certeza que quem trabalha de noite não vai mudar pra trabalhar de dia.

S1 - Mas sempre tem aquele dia em que você tá mais irritado.

S3 - Mas com a falta de sono, falta de sono é uma coisa que é permanente, não adiante você falar: “não, hoje eu dormi doze horas, pegou o sono (incompreensível)”, mentira. Sempre vai ficar faltando alguma coisa, aí chega naquele momento que chega aquela queda, de ficar irritado por nada, que você fica querendo xingar todo mundo, como a S1 falou: “ai, eu vou dormir porque hoje eu sei que eu tô com a “macaca””, vamos dizer assim...

S1 - Você sabe que se você disser alguma coisa você vai tá errado. Você sabe que você tá errado...

S3 - Você se fecha...

S1 - As pessoas não são obrigadas a agüentar todo o meu estresse porque eu trabalho à noite, isso é um problema meu. Eu não posso também querer que o mundo inteiro tenha o que? Pena, não é isso que eu quero. A gente também não pode achar que é obrigação de todo mundo fazer silêncio pra eu dormir, fazer as coisas por mim. Porque o que é ruim é assim, a gente trabalha uma noite, hoje à noite eu vou ficar acordada, eu não posso dormir muito amanhã de dia, porque se eu dormir muito amanhã de dia, eu vou passar a noite em claro na minha casa. Você entendeu? A minha dificuldade é essa. Se bem que tem a época de eu durmo o dia, a noite e o dia (risos), aí depois venho trabalhar. Acho que é um rebote, sabe, você fica muito...

S2 - Isso a gente tá falando de pessoas que trabalha noite sim, noite não. Não estamos falando daquelas pessoas que trabalham toda noite...

S3 - Aí é pior ainda...

S1 - Ele trabalha toda a noite.

S2 - Eu trabalho toda noite, eu trabalho uma noite aqui e uma noite em outro setor, então praticamente toda noite. Nos dias que eu tô de folga à noite, o que acontece: eu procuro ficar acordado de dia pra não incomodar o sono de quem vai dormir à noite, porque se eu dormir de dia, à noite praticamente é vazia, e normalmente mesmo dormindo de dia o meu sono da noite já não é mais como eu dormindo de dia, eu não sei o que aconteceu, de dia eu durmo melhor

do que de noite, quando eu tô em casa, eu passo a noite quase em claro quando é umas cinco horas da manhã aí bate o sono, aí eu vou até uma hora da tarde.

S3 - É aquilo, é o costume, porque o sono já acostumou com o corpo, o corpo já acostumou, a nossa parte biológica já sabe: tal horário do dia você vai ter que dormir, ou o biológico de quem trabalha de dia e dorme à noite, chega um certo horário à noite, vê o escuro e bum, dorme. Nós não, nós que trabalhamos à noite vemos a claridade e quer dormir.

S2 - E a gente que trabalha à noite por mais que a gente queira, a gente respeita o sono de quem dorme à noite. Mesmo que você quer ouvir uma televisão você procura por um fone pra ouvir só você, você não liga um volume alto, você não liga um rádio pra tá ouvindo.

S1 - É verdade.

S2 - E é totalmente diferente. À noite você não vê uma campainha tocando, você não vê um carro buzinando. Então o sono noturno é uma coisa excelente.

S1 - Eu acho que assim, o perigo de trabalhar à noite, isso tem que controlar desde quando eu comecei a trabalhar à noite: alimentação. Alimentação é a pior. Você come pizza (risos) a uma hora da manhã...

S3 - Mas pra nós é uma hora da tarde.

S1 - Você Come pãozinho (risos). Que esses dias eu comi pãozinho, quase enfartei aqui de tanto pão que eu comi. Porque assim, a gente tá aqui, coloca eletrodo nos pacientes, então a gente tá naquela agitação, aí na hora que pára qual é a primeira coisa que você pensa? Comer. Mesmo que você jantou, você quer comer. Eu engordei onze quilos depois que eu comecei a trabalhar à noite, fiz um regime emagreci, até hoje eu vivo me controlando. Se eu falar que vivo de regime é mentira porque eu como pizza à noite também, mas eu tenho que ficar me controlando porque sai herpes na minha boca, minha gastrite, eu não tinha gastrite eu fui ter gastrite depois que eu comecei a trabalhar à noite, e o médico disse que provavelmente é dessas porcarias que eu como à noite. Quando eu começo a sentir muita dor de estômago, me dá herpes na boca e aí às vezes eu vou tomar um golinho de leite de manhã já me enche a boca de água, eu vou pro banheiro vomitar. Parece coisa de mulher grávida e é gastrite, aí eu já tomo uma Ranitidina, às vezes eu já percebo que não tô com o estômago legal, eu já tenho que tomar uma Ranitidina antes porque eu já cheguei oito horas da manhã na casa da minha mãe

pra buscar meu filho, porque meu filho fica com a minha mãe, e comi arroz feijão, eu tava com uma fome, eu lembro que eu tinha jantado aqui, aí minha mãe disse: “ah, tem pãozinho”, e as panelas estavam em cima do fogão e eu disse: “o que é isso?” e ela falou: “é moela”. Oito horas da manhã, a minha mãe falou “sua porca, como você agüenta?”, comi arroz, feijão, farofa e moela. Então você chega do serviço vai dormir, que nem agora eu estou de férias da faculdade e eu tô chegando em casa e indo dormir, eu durmo, aí eu acordo meio-dia, você não acorda com vontade de comer comida. Então eu tomo um café preto, quando é umas quatro horas da tarde que eu quero almoçar. Então quer dizer você nunca tá fazendo direito, você tá sempre fazendo errado, no meu caso, não sei se eles são assim também. Eu tô sempre comendo em hora errada, coisa errada, ainda de vez em quando, quando eu tô muito ruim do estômago, eu procuro fazer legume cozido e trago pra eu comer, pra não ficar tão... Mas é difícil você controlar isso. Então a sua saúde vai começando a ficar ruim, aí você começa a ficar com a imunidade baixa, já tive começo de anemia, por causa dos regimão doido que eu fiz porque tava gorda porque comia muita porcaria. Então eu acho assim, se eu tivesse como tomar café da manhã, almoço e janta e só, talvez eu agüentasse melhor essa rotina, mas é difícil, o corpo estranha por causa disso, por causa do meu comportamento, do que eu faço, o sono lógico você ficando sem dormir já atrapalha, mas você também bagunçar o resto, que o que eu sempre faço atrapalha muito.

S2 - Porque nós que trabalhamos à noite, nós mesmos somos culpados dessa desorganização nossa.

S1 - Eu tive uma época que o R falou: “se você não for procurar um gastro, eu vou bater em você”, porque ele via, a gente mexe com acetona de manhã, normalmente a gente tá de jejum. Então você imagina, você tá com gastrite, sentia aquele cheiro de acetona, eu ia pro banheiro vomitar, aí tomo mundo: “ah, a S1 tá grávida”, e não era gravidez, você fica totalmente ruim. A outra P, ela tava com herpes também, ela tem gastrite também, depois que ela começou a trabalhar a noite; porque sol você não toma de jeito nenhum, se existisse vampiro eu era uma (risos) porque sol em mim me irrita, me dá dor de cabeça mesmo quando não tô pós-plantão. Em pós-plantão é impossível você ficar no sol, porque seu olho dói demais, eu não sei vocês, a claridade do dia me incomoda quando eu tô pós-plantão.

S3 - Quando você tá no pré-plantão não.

S1 - Às vezes você tem vontade de andar assim na rua pra poder não sentir dor de cabeça, dor no olho, mas mesmo assim eu não fico sol, dá pra perceber né? Branca assim... (risos) Mas eu não agüento. Acho que isso atrapalha tanto, né? Você ficar nesse ritmo, né? Só à noite, à noite.... Mas eu gosto, apesar de tudo. Trabalhar a noite eu tenho mais pique, em casa eu tenho mais pique à noite. Um exemplo: ontem era uma e meia da manhã eu tava fazendo bolo.

S4 - Você é uma mulher noturna, S1.

S3 - E você não trouxe pra gente...

S1 - Não trouxe porque acabou. Eu tava fazendo bolo e arroz doce porque meu filho queria porque queria, porque queria. E outra coisa ruim meu filho também acaba no ritmo.

S4 - A família tem que entrar no ritmo, né?

S1 - Meu marido também trabalha à noite, coitadinho... A gente tenta, né? É que ele tinha ficado a semana inteira na minha mãe, ontem eu quis agradar e deixei ele dormir tarde, mas ontem era uma hora da manhã e eu tava fazendo bolo.

Coordenador - E seu filho acompanhando...

S1 - E meu filho me ajudando.

S2 - Nessa privação de sono que a gente tem por trabalhar à noite a gente priva a família inteira: os moleques de brincar, a esposa de ouvir um rádio ou assistir uma televisão no volume que quer...

S1 - Eu, do V brincar, não, porque eu não acordo...

S3 - Eu, pelo menos, quando vou deitar eu fecho a porta...

S2 - É, mas por mais que você feche...

S1 - Eu, do V brincar, não, porque eu não acordo. Pra você ter uma idéia, eu já acordei com o V tirando a minha sobrancelha. (risos) Ainda bem que eu acordei, mas ele já tinha tirado, eu não acordei, eu tenho um sono muito... A minha mãe faz depilação e acho ele viu minha mãe tirando a sobrancelha e foi... Então o que atrapalha é isso de eu fiar acordada e ele quer ficar junto. Às vezes, sabe o que acontece? Meu filho pega na minha orelha pra dormir e ele mama, né? (risos) Você não vai mostrar isso pra ninguém porque se ele ficar sabendo... (risos) Já aconteceu dele me enganar, assim: “mãe quero mamar”, deitar na cama, ele me fez dormir, ele

ficou ali na minha orelha, eu dormi e ele levantou e saiu no quintal pra fazer arte. Era sem-vergonhice dele, ele sabia que eu tava cansada, e ele sabia que se eu ficasse quietinha ali eu ia dormir, ele fez eu dormir.

S3 - Só pra bagunçar.

S1 - Só pra bagunçar. Então isso é horrível, né? Porque você tem medo. Que nem às vezes eu fico com a consciência pesada, porque faço almoço, dou almoço pro meu filho, quer dizer, eu deixo o almoço pronto, que eu chego da faculdade dou almoço pro meu filho, eu alugo DVD pra ele, eu sei que assistindo ao DVD ele fica quieto, pra eu poder dormir.

Coordenador - Seu filho tem quantos anos?

S1 - Ele tem seis. Então depois eu fico com aquele peso na consciência: “ah tadinho , só deixo o menino sozinho, só deixo o menino sozinho...”, então você fica com aquele...

S2 - E quando você programa alguma coisa pra sair com eles no final de semana, aí você fala assim: “vou dormir um pouquinho, daqui a pouco você me chamam”. Acho que eles percebem que você tá cansado e não quer te acorda. Aí eles chegam abrem a porta do quarto devagarinho, dá aquela olhadinha pra você, aí puxa a porta devagarinho de novo pra não te acordar, mas você já tava acordado pensando em levar eles, porque você quando tá com uma viagem programada você não consegue dormir.

S1 - Não consegue dormir, é verdade.

S2 - Mas pra eles chegarem e falar assim: “vamo, vamo”, não acontece. Lá em casa não acontece mesmo.

S1 - E o ruim de trabalhar à noite é isso, quando você sabe que... “Ai eu tô tão cansada, vou dormir”, mas que você sabe que tá deixando de fazer alguma coisa porque tem que dormir, eu não consigo dormir. Por exemplo, eu que sou dona-de-casa, se eu sei que eu tenho que, sei lá... Choveu a semana inteira, hoje fez um solzinho, eu fico pensando: “ai meu Deus mas tá sol, eu devia ter lavado a roupa, eu devia ter feito isso, eu devia ter feito aquilo”, e você acaba sonhando com aquilo, aí eu acordo, fico irritada; aí é o dia que eu viro “naquilo”, aí eu levanto e falo: “eu vou lavar essa roupa, porque ninguém me ajuda, ninguém nem sabe fazer um macarrão aqui, tem ser eu que tenho que fazer comida...”, aí é aquele negócio, você começa a falar tanto, tanto, tanto que quando eu vejo meu marido e meu filho tá assim. Aí o que você

tem que fazer? Pedir desculpa, e é sempre, porque sempre acontece isso. Já aconteceu assim, eu gritar com o meu filho, de eu olhar pra cara do meu filho de seis anos e falar assim: “eu trabalho à noite, você sabia? Que a mamãe fica trabalhando à noite, cuidando de paciente à noite? Enquanto você dorme V eu trabalho à noite, eu fico acordada à noite. Você tem que me entender”, e de repente eu olhar pra ele e ele tá assim, com o olho cheio de lágrimas, com medo de eu bater nele, porque eu tava tão nervosa... E imagina, como que eu vou querer que uma criança de seis anos tenha a consciência de tudo isso? Tadinho, ele sabe que eu trabalho à noite e tudo, mas que culpa tem ele? Então é terrível. A gente fala errado às vezes, eu saio do plantão, já aconteceu com vocês? De falar errado, de tá tão cansada que troca as palavras? Eu já cheguei a falar com um paciente um dia tomar um “tafezinho”(risos). Pode tomar um “tafezinho”. Teve um dia que eu tava sem dinheiro e tinha que colocar gasolina no meu carro, foi até com uma menina que já saiu, eu não consegui perguntar pro frentista se ele aceitava cheque pra trinta dias, eu falava: “vochê acheita cheque?” E a menina que tava do meu lado, que também tinha trabalhado a noite inteira comigo, ela ria, ela chorava. Aí eu: “desculpa”, e aí eu ia falar de novo e não conseguia: “vochê acheita cheque?” (risos) Aí ela foi tentar falar e ela também não conseguia, sabe fica difícil, você parece que fica com a língua grande.

S4 - Você fica lento né?

S3 - Fora que alguém pergunta pra você, você fica, pára uns cinco segundos, dez até você entender a pergunta pra você responder. Aí o cara olha pra você e pensa que não tá nem prestando atenção nele (risos). Não é, é que até entrar no raciocínio demora.

S1 - Ainda até teve um dia que eu tava indo embora com a uma amiga minha que também tinha trabalhado e eu passei no farol vermelho, eu vi que o farol tava vermelho, mas eu passei. Aí ela fez assim: “o falol tá vermelho” (risos). Eu olhei pra cara dela e falei: “plaquei” (risos). Sabe? Parecia duas louca conversando. É lógico a gente deu risada, mas se você parar pra pensar... eu fui fazer um seminário um dia na faculdade, pós-plantão, e eu tinha que falar “gamaglobulina”. Eu não consegui falar “gamaglobulina”, meu olho encheu de lágrimas, minha cara tava que parecia que ia explodir, primeiro seminário, eu nunca tinha feito seminário na minha vida, olhei pra cara da professora com o olho cheio de lágrimas e falei: “não consigo falar isso” (risos). Eu ficava “gam, gam, gam”. Aí a professora sabia que eu tava pós-plantão, deixou um papel escrito “gamaglobulina”, e o pior é que tinha que falar toda hora que eu tava explicando o negócio de RH negativo, e eu ficava, na hora que tinha que falar eu

ficava: “ ga-ma-glo”, sabe? É muito chato. Quando interfere numa coisa séria porque o seminário tava valendo nota. Quando é uma coisa que não tá te atrapalhando seriamente, você leva na brincadeira, mas que nem nesse dia, poxa, tava valendo nota. E ela falou pra mim: “eu vou tirar nota porque você tem que aprender a lidar com isso, se você quer trabalhar à noite e fazer faculdade você tem que aprender a lidar com isso, eu não vou considerar porque você tem que aprender”. Fiquei com uma nota baixa, baixa assim: mas ela tirou um ponto por causa disso, porque eu tive que ler e no seminário você não pode ler.

S4 - E as pessoas que nunca trabalhou a noite não têm noção disso, não sabem o que é isso, que a pessoa que trabalha sente na pele, percebe isso.

S1 - Que ela como professora não podia, ela não podia também...

S3 - Não, porque iam falar que protegendo um e não protegendo o outro.

S1 - Numa classe de enfermagem eu acho que mais de cinquenta por cento ali trabalhava à noite, ela não podia...

S4 - Eu entendo, eu tô querendo dizendo assim: não compreende que o funcionário noturno. Com certeza nós temos certas perdas.

S1 - Atrapalha muito.

Coordenador - Mexe com a percepção, com as reações...

S1 - Mexe, mexe com certeza...

S4 - Só que assim: pós-plantão. Depois você anda, né? Eu acho que depende muito de você tentar se organizar, “eu vou pra isso, eu quero isso, eu vou fazer dessa forma”, às vezes não tá nesse controle, organicamente não tá no nosso controle, tem ações que você fala: “e agora, né?”, eu acho que a gente tem que manter o controle disso, de algumas situações sim.

S1 - É terrível, eu que vou embora de trem, passa a estação aí você tem que voltar.

S3 - Você apaga, dá aqueles cinco minutos e você apaga...

S1 - Ainda que dormir em sala de aula só aconteceu uma vez, mas também eu faço biologia, era um vídeo lindo sobre o cerrado, os passarinhos cantando, um violãozinho de fundo e a salinha escura, eu dormi e eu ronquei (risos), e a professora me acordou, foi a única vez, mas também, né? Aí também não tinha como, sem dormir e ouvir os passarinhos assim, me deu um

sono (risos). Mas agora dormir, eu não durmo não, mas acontece eu tá escrevendo... e eu tinha um professor que ditava, ele explicava depois ele ditava pra você ter no caderno a explicação e o professor tava ditando e quando eu me dei conta, eu tava escrevendo, eu tava de olho aberto escrevendo só que eu tava escrevendo tudo no mesmo... eu não dava a mão assim, quando eu vi tava uma bolinha assim (risos), aí eu olhei onde eu parei, pedi... foi rápido, não foi muito tempo, aí o professor voltou... Então assim: você não dorme, mas olha que situação, você ficar desse jeito, eu nem sabia que podia acontecer isso, ou dorme ou não dorme. Então quer dizer, às vezes você fica tão aéreo, desligado, que você faz coisas que você não quer fazer e acaba fazendo.

S4 - É o verdadeiro apagar de um segundo, né? Você acha, parece que é uma eternidade, você vê a pessoa na sua frente, uma distância de dois metros, você viu lá, chegando, de repente ele chega perto de você e você não tava vendo mais, e ele te recorda, então é aquele apagar de segundos que parece que a mente faz... vai lá. Você entra em um sono profundo, eterno, aí você acorda. Esse é o não controle, é quando a gente tá muito privado de sono.

S1 - Dormir dirigindo, quando eu vi já dormi dirigindo...

S4 - É o que acontece aos grandes motoristas que bate o carro, aí acontece da mesma forma.

S1 - Já aconteceu de eu dormir no volante assim: eu tá percebendo que eu tô com sono, e ficar pensando: “eu tenho que ficar de olho aberto, eu tenho que ficar de olho aberto”, quando eu vejo alguém tá buzinando e pedi pra Deus porque eu tinha que chegar em casa, eu tava sozinha e falar: “Jesus, pelo amor de Deus me ajuda, porque eu não vou conseguir”. Já aconteceu, coitado do meu marido, uma época eu tava tão cansada, semana de prova, eu tava nervosa, sabe? Tava daquele jeito. Eu dormi dirigindo na Avenida do Estado, um caminhão buzinou, não é que você dorme, é muito rápido, você tá com o olho aberto, é uma pescada só, e depois quando eu tava já em Santo André eu dormi de novo. Aí eu parei o carro, e eu queria conversar com alguém pra despertar. Eu liguei em casa e falei pro meu marido: “fala comigo que eu vou dormir”. “aí, isso é hora de você me acordar, pô tava dormindo”. Aí eu comecei a chorar. Quer dizer: eu em estado normal jamais eu ia ligar pra conversar com alguém às sete horas da manhã, principalmente não ia ficar chorando no meio da rua. Só que nessa época eu trabalhava toda noite. Então eu já tava ficando depressiva mesmo, porque eu tava trabalhando toda noite e estudando de manhã, aí eu vi que aquilo já tava saindo do meu controle.

Coordenador - Toda a noite era aqui?

S1 - Não. Uma noite aqui e outra em outro lugar. Então eu já via que poxa, isso não é normal, pra mim não é normal você chorar no meio da rua, né? Eu já tava ficando meio doidinha. Então eu falei: “não, deixa eu fazer alguma coisa”. Então eu sai de um, mas você ficar sem dormir é ....

Coordenador - E era na mesma função?

S1 - Na mesma função.

Coordenador - Seu caso, é na mesma função?

S2 - Não, não. Eu trabalho aqui e lá eu trabalho como segurança. Mas essas crises que a gente tem de querer chorar, de cochilar, só acontece quando você não tem aquele sono que você dorme de dia, quando você trabalha de noite normal e dorme de dia, meu, é uma maravilha, você vem no Metrô, o Metrô vazio, você vem à vontade, tranquilo. A noite passa... agora quando você trabalha à noite e priva o sono do dia, que você não dorme de dia, a próxima noite é...

S1 - É que nem eu falei...

S4 - A sua necessidade é dormir.

S1 - ... isso que aconteceu de chorar, de ficar... isso é a privação de sono grande...

S4 - Absurda...

S1 - Entendeu? Você não tá dormindo praticamente horário nenhum... nenhum não, porque você não fica sem, mas fica cumulando, vai juntando aquele cansaço, aquele sono, você pensa: “não, amanhã eu durmo, não hoje não deu, outro dia eu durmo direito”, e aquilo vai te deixando... Mas trabalhar à noite, se você descansa não é ruim, não acontece isso. Acontece sim, de você estar cansado no percurso que você faz até chegar na sua casa, você vai cansado, você vai meio quietão, mas se você dorme você fica bem, que nem como ele falou: você vem trabalhar, você não pega trânsito, não pega o trem cheio, o Metrô cheio, nada disso, que nem eu que moro em Mauá, eu vou embora, o trem vazio, o pessoal tá tudo vindo pra São Paulo. Então você dorme até meio-dia, que nem agora que eu tô de férias, depois se você quiser ir no banco à tarde você vai, se você quiser fazer pipoca e ficar com os pés pra cima você fica, todo mundo tá trabalhando e você tá ali. É o lado bom, mas você pensa...

S3 - Mas não são todos os dias assim...

S1 - Não é todo dia que você faz isso, mas você acaba não fazendo isso.

S3 - Isso é uma vez por semana e olhe lá. Se você conseguir fazer.

S1 - Por isso que eu prefiro trabalhar à noite. Eu trabalho à noite, vou pra faculdade de manhã, aí o que eu faço? Durmo um pouquinho de manhã, descanso, levanto faço janta, fico com o meu filho, fico com o meu marido. Como eu já dormi, o que eu faço? Deito, vou dormir junto com o meu marido, o meu filho, quando eu tenho que estudar, às três horas da manhã eu acordo pra estudar, quando tá próximo das provas. Eu tenho uma disposição incrível, eu acordo às três horas da manhã pra estudar, e aquilo pra mim é ótimo, aquele silêncio, ninguém me atrapalhando, sabe? De manhã eu vou pra faculdade, entendeu? Eu já entrei num ritmo que eu já consegui adaptar hora pra estudar, hora pra ficar com o filho, hora pra ficar com o marido, hora de trabalhar, hora de não ficar com ninguém, ir pro cabeleireiro pintar o cabelo, ficar comigo mesma sozinha, então assim, eu acho que se eu trabalhasse de dia, eu acho que ficaria mais cansativo, eu não me vejo trabalhando de segunda à sexta e ir pra faculdade à noite de segunda à sexta, eu ia me atrapalhar toda, eu acho que eu não ia conseguir mais ter tempo pra... porque por exemplo se eu trabalhar o dia inteiro e for pra faculdade à noite, eu vou ter que dormir a noite inteira pra poder acordar cedo no outro dia, e eu vou estudar à que horas? Trabalhar de dia eu não vou poder estudar na frente do computador como algumas vezes eu faço aqui, se eu trabalhar de dia eu não vou poder dormir só um pouquinho e depois ir no banco de madrugada. Então esse é o privilégio de você trabalhar à noite. Você pode fazer tudo isso.

S4 - É o lado bom, né?

S1 - Eu levo meu filho no parquinho na segunda-feira. Não tem ninguém no parquinho e ele se acaba no parquinho. Nossa é uma maravilha! (risos) Você vai no mercado naqueles horários que as caixas olham assim pra sua cara, querendo te matar porque não tem ninguém no mercado...

S4 - Mas você acaba mais vivendo com a família. Você priva de uma certa forma, mas acaba vendo mais os filhos sim, você acaba participando mais da vida deles. Eu acho isso super interessante, como eu sou mãe de dois, eu quando comecei a trabalhar à noite foi nesse objetivo, benefício deles e você tem um grande retorno nesse sentido, você tem todos essas

perdas, você tem outras situações mas se você organiza, você consegue, né? Você ganha um outro lado que muita gente não consegue, você cria realmente teus filhos de verdade, você cria sua própria cria (risos).

Coordenador - Sua filha tem quantos anos?

S4 - A minha filha tem quatorze e o outro tem doze. E eu convivi com eles desde os cinco anos até hoje, então eu tenho retorno disso do longo tempo, eu trabalho há oito anos na noite.

Coordenador - Então pelo que você tá falando foi um objetivo de ficar assim mais com os filhos.

S4 - Com certeza. Na verdade quando eu passei foi por essa situação e depois realmente deu um bom resultado. Lógico você tem umas perdas assim, mas aí tem os outros...

S3 - E à noite, eles não sentem falta?

S1 - Eu acho que como trabalhar de dia também tem...

S4 - À noite é o seguinte, eu acho que eles sentem falta realmente assim... Quando é dia sim, dia não eu percebo que quando eles chegam da escola, que agora eles têm atividades o dia inteiro, ele sente falta de sentar ali e ficar no colo, isso eles sentem de vez em quando e eles cobram isso, e eu percebi isso muito do meu filho, ele observar “não eu queria ficar no seu colo e assistir televisão”. Então você percebe que ainda falta algo, por mais que você tenha tempo de estar com eles, mas, ainda falta alguma coisa, eu acho que eles querem a presença da mãe sempre e aí é aquela cobrança.

S3 - Porque que eu falo isso? Porque eu também sinto isso pela minha filha, a noite que eu estou em casa minha filha de dezessete anos dorme no meu colo no sofá.

S4 - Tipo assim: a presença é importante.

S3 - Porque como na outra noite eu não estou... No começo você sente bastante falta, vai sentindo falta, mas aí vai acostumando, mas sente falta, aí quando você está em casa ela dorme no meu colo.

S1 - Eu em casa é terrível, porque meu filho fica de segunda à sexta com a minha mãe...

S3 - Como eu te disse você ganha no dia, minha filha estuda de manhã, à tarde você ajuda à fazer uma lição, vai precisar comprar alguma coisa, vai comprar alguma carne, mas à noite,

naquele silêncio da noite sente a falta.

S4 - O que eu senti... aproveito bastante na família quando meus filhos tinham de cinco à dez anos, por que? Eles precisam mais de você, você que vai na escola, você que vai buscar, você que vai levar na natação, você que vai lavar pro futebol, você acompanha esse crescimento, é nesse sentido, entendeu? Mas à noite, eles sentem falta “não o pai e a mãe tem que tá ali na casa”. Meus filhos hoje, eles ficam só, eles já se adaptou com a situação, mas de vez em quando eles falam “mãe, senta aqui”, e senta os dois, se eu tiver à noite, senta um aqui e outro aqui, mesmo qualquer idade e tipo assim, eu quero ainda um pouco de colo, e eu acho que todos nós precisamos de colo um pouquinho, né?

S1 - Lá em casa meu marido reclama porque ele só folga na segunda-feira e eu tenho segunda-feira sim e segunda-feira não eu trabalho, então a segunda-feira que eu tô de plantão ele reclama: “hoje é minha folga, eu vivo sozinho, não tem nada em casa”. Eu deixo, assim, comida pra ele esquentar porque às vezes ele fala: “você podia trocar o plantão e ficar em casa hoje”, ele só reclama disso. Agora meu filho faz um mês que meu marido tá trabalhando à noite, só que meu marido trabalhou muitos anos à noite então ele já tá acostumado. Como meu marido tá trabalhando à noite também, o que tá acontecendo: meu filho tá tendo que ficar com a minha mãe de segunda à sexta porque eu moro em Mauá, minha mãe mora em Santo André, então não dá pra eu levar e buscar todo dia porque ele tem que ir pra escola, eu tive que por ele numa escolinha que fica em Santo André, porque eu não ia tirar ele da escola só pra ele fiar comigo. Então ele fica de segunda à sexta, e na sexta eu busco. Fim de semana que eu tô trabalhando, hoje é um exemplo, eu busco só no domingo. Mas ontem eu peguei ele porque tinha uma comemoração do dia dos pais e como eu falei, ele gosta de pegar na minha orelha, ele quase arrancou a minha orelha fora, porque eu acho que ele tava com saudade, ele pegava e falava “te amo”, e ficava assim apertando a minha orelha e eu falei “V você vai arrancar minha orelha fora”, “tá vendo você nem me vê e já briga comigo”. Então é aquilo, ou você agrada demais e pode estragar a criança, porque eu também não posso agradar ele demais, deixar fazer o que ele quer, mas isso é por pouco tempo porque eu tô procurando casa perto da casa da minha mãe, mas é terrível, você fica longe você sente muita falta, você fica boba, porque eu não tenho coragem de brigar com ele, eu penso: “pô eu vou ver ele só hoje, amanhã ele já vai pra minha mãe de novo e eu vou brigar com ele?”.

S4 - Eu acho que além dos filhos, a relação marido e mulher, eu acho que é muito difícil, você

precisa arrumar um parceiro ou uma parceira que compreenda isso, e nem todos então assim à disposição pra entender, as pessoas falam: “você trabalha à noite, mas e seu marido?”.

S3 - É o que eu falei no início. Mulher que trabalha o marido vai achar: “você tá trabalhando mesmo ou tá lá fazendo o quê?”, a mesma coisa da...

S4 - Precisa existir um parceiro ou uma parceira que entenda muito sobre isso e, lógico, tem que ter uma relação-verdade, não é apenas um vai e volta, pra ter uma compreensão em cima disso, porque é difícil e até interessante quando a gente quando conversa com pessoas que nunca trabalhou à noite e falam assim: “mas eu não posso aceitar uma mulher que trabalha à noite”, aí eu falo: “ah é? Qual é o seu objetivo? E o meu você já perguntou?”. Então é assim, precisa muito existir uma grande compreensão de marido e mulher.

S1 - Eu quando comecei a trabalhar à noite meu marido falou: “se você for amanhã eu não tô em casa” (risos). Aí eu fui, no outro dia ele tava em casa, cheguei em casa não toquei no assunto, ele não falou nada, porque ele achava assim: que todos os pacientes que tava aqui ia dar em cima de mim, que os meninos que trabalha comigo ia dar em cima de mim. No começo eu levava na esportiva, eu falava pra ele: “mas eu não sou a Bruk Shields, não é assim também”, mas ele achava assim: que se eu ficasse conversando muito tempo com alguém, talvez eu poderia me interessar. Mesma coisa quando eu comecei a faculdade, hoje em dia, e olha que meu marido trabalha à noite, era pra ele entender mas ele não entende. Hoje em dia eu percebo que ele ainda tem ciúme, mas agora ele tenta controlar e eu sinceramente finjo que eu não percebo, entendeu? Às vezes eu vejo ele “você tem uma moeda de cinquenta centavos na sua bolsa?”, é um pretexto pra ver o que tem na minha bolsa, ele faz isso. Às vezes eu me irrita e falo “não é pra mexer na minha bolsa coisa nenhuma, depois eu vejo”, que às vezes me irrita, ou então assim: eu não sou muito de passar batom, de me maquiar, mas tem dia que, né? Mulher, às vezes a gente quer, né? Dar uma... “nossa passou batom? Porque você passou batom?” (risos). Sabe eu até brinco com ele: “é porque hoje talvez eu vou ver o Dr. S”, que é o dono do Hospital, e fico zoando com ele.

S4 – Você vai longe, né?

S1 Eu levo na brincadeira. Ou então ele fala assim, ele não pergunta direto pra mim, mas por exemplo: tem alguém em casa, alguma visita e surge o assunto “ah, mas o que você faz?”, porque como é uma coisa diferente, tem gente que nem sabe, “ah, polissonografia”. “e o

peçoal lá dorme à vontade?”, vê que ele tá fazendo alguma coisa mas ele tá assim, com o ouvido... pra ver se você... Um dia ele perguntou: “ah, mas e aí como que dorme?” eu falei: “C, tem homem que dorme de cueca, ué se acha que eu vou fazer o quê, você acha que eu vou ficar reparando na parte íntima do homem? Lógico que não. Eu já tô tão acostumada de ver de cueca..”, ainda que esses dias eu deixei até um paciente sem graça porque ele falou: “ah, eu tô de cueca” e eu falei: “não tem problema, já tô acostumada”. O senhor ficou vermelho, vermelho, vermelho (risos), eu falei: “senta aqui na cadeira, o senhor não tá pelado não, né? Tá de cueca, então relaxa, já tô acostumada”, e ele por ser um senhor mais de idade e eu mais nova ficou todo sem graça e levantou assim todo encolhidinho, sentou na cadeira de cueca com a mão assim e ficou, sabe? (risos). Mas o meu marido ele acha assim, que só vem rapagão, bonitão, entendeu? E que é até um preconceito porque você vê que tem muito paciente, às vezes, que já me passou cantada que eu percebi na hora, nitidamente que ele achava que por eu trabalhar à noite, e por eu ser uma enfermeira, porque eles pensam que a gente é enfermeiro, ela achou que eu ia sair com ele. Já aconteceu sim desse preconceito, mas é que nem eu falo pro meu marido, só que eu nunca nem contei isso pro meu marido, porque se ele já tem ciúme, se eu for contar... mas é difícil isso, que nem uma pessoa que não é casada, que ainda vai arrumar alguém na vida, uma pessoa que tem que entender, ou pelo menos fazer que nem o meu marido faz, ele finge que não tem com ciúme e eu finjo que eu não percebo o ciúme dele, porque senão não dá certo não. Se for uma pessoa preconceituosa, uma pessoa muito ciumenta, não convive com uma pessoa que trabalha à noite, de jeito nenhum.

Coordenador - Pelo que você falou, parece que vocês conseguem administrar isso, né?

S1 - É você tem que ter jogo de cintura, por exemplo: se um dos meninos me contar uma piada suja, que foi até o que aconteceu esses dias (risos), eu conto a piada pro meu marido, mas aí: “quem contou?”, “ah, foi a S4” (risos). Entendeu? É sempre uma pessoa do sexo feminino que me contou, nunca... Mas ele sabe que tem, você acha que eu vou contar uma piada, e não vou contar pra eles dois? Eu vou contar pra todo mundo. Mas eu não posso falar “olha foi o S3 que me contou ou o S2 que me contou”, não, foi a S4 que me contou.

S2 - Às vezes você não mente, você omite alguns fatos pra relação ficar melhor.

S1 - Eu não minto, porque se eu falar que foi um homem que me contou, ele vai falar: “é o

que vocês ficam falando lá à noite?”, aí a imaginação dele vai longe, né?

S2 - E essa coisa de ciúme...

S3 - E é um problema social, quem trabalha à noite, não é pra trabalhar, é pra fazer outras coisas. Você não lembra que no começo eu falei: “trabalhar à noite é pra quem conhece mesmo trabalhar à noite porque a sociedade toda: quem trabalha à noite, é outra coisa totalmente diferente”

S4 - Não é uma dádiva trabalhar à noite? Olha que maravilha, nem todo mundo passa por isso (risos).

S3 - É, totalmente diferente...

S4 - É maravilhoso! Tem uns altos e baixos ...

S1 - Pra você ter uma idéia tem uma pessoa que trabalha com a gente, um homem que trabalha com a gente que ele se separou da esposa dele recentemente, e ele veio me contar, e como era um casamento de anos, eu fiquei super chocada. Cheguei em casa e falei: “nossa C, sabe o fulano, aquele que eu te mostrei tal dia, você acredita que ele largou da mulher dele e aconteceu isso, isso e isso”, e contei. Sabe o que ele falou? “nossa o cara têm uma intimidade pra contar as coisas pra você”. Então era nada íntimo, eu tava chocada, então ele tá sempre prestando atenção em tudo que eu falo, pra tentar ver se tem alguma coisa de errado. Tanto que quando eu trouxe meu marido aqui a primeira vez, tinha só um homem que dava plantão comigo, que era até no prédio, era o F, eram cinco mulheres e um homem. É eu falava pra ele que só tinha um homem que trabalha comigo, só que ele chegou na portaria do prédio e eu falei: “e aí G, e aí não sei quem...”, o segurança, na época tinha o D que ficava no elevador, e cheguei lá tava o R e o R arrumando eletrodo, o R sentado e o D, que era um que tava do lado junto. À noite, só ficava o F, nossa, a primeira coisa que ele falou foi “nossa, é só um homem que trabalha com você?”. A noite inteira era só um, mas no prédio tem um monte de gente. Então quer dizer, eu já percebi assim, ele presta atenção em tudo, e eu vou assim: não minto pra ele, mas alguma coisa eu omito, porque não dá pra eu falar pra ele: “olha me contaram uma piada assim, foi fulano”, ou então: “ai o paciente que eu fiz deu em cima de mim” ou “ai o paciente que eu fiz era bonito”. Não tem como você falar um negócio desse. Você tem que ter um jogo de cintura. Acho que pra ter um relacionamento, que nem eu já sou casada, mas se eu fosse solteira pra você arrumar uma pessoa, não é só gostar, a gente tem que saber como

mostrar, transparecer o seu serviço, você tem que explicar de um modo que você saiba que ele vai entender de um jeito bom. Como se eu tivesse manipulando a cabeça dele: “não, se eu falar assim, ele vai pensar isso”, eu tento imaginar o que ele vai pensar antes de falar. Porque senão...

S3 - Tem que escolher as palavras pra falar senão...

S1 - Tem que escolher as palavras pra falar, porque sabe, senão... já é motivo, porque no começo eu tive brigas feias, mas hoje em dia não, já faz seis anos. Logo que eu casei, comecei a trabalhar à noite, mas hoje em dia eu finjo que não percebo, só. Mas ele reclama, por exemplo: na segunda-feira agora é folga dele, a gente tem um curso pra fazer das oito da manhã às seis da tarde, então eu vou pra esse curso, vou ficar das oito da manhã às seis da tarde no curso, e eu entro seis e meia aqui, eu vou vim trabalhar direto. Quer dizer, eu vou sair de casa às seis horas da manhã pra chegar no outro dia meio-dia porque eu vou pra faculdade. Aí hoje que eu falei pra ele do curso porque, aquele negócio “não vou sofrer antes”, eu falo próximo da data pra não ter que ficar escutando, eu falei: “C, tem um curso segunda-feira...”, “ah, tá bom mas você vai trabalhar direto, né? Começou as suas aulas, né? Puta merda hein?”, ele falou desse jeito, “vai ficar mais de vinte e quatro horas fora de casa?”, aí ele reclama, é bem complicado, é bem difícil você trabalhar... E tem que ter confiança, claro que a gente nunca vai confiar sempre cem por cento numa pessoa, mas ele trabalha à noite. Se eu fosse uma pessoa que fosse indo atrás eu ia ficar louca porque você tem que confiar.

S2 - É essas confianças que a gente tem, tem que ser ambos porque enquanto a gente vem trabalhar à noite a outra pessoa também fica em casa sozinha, às vezes você sai pra trabalhar, e alguma pessoa fala “você vai trabalhar mesmo” e eu falo “vou”, “mas precisa ir arrumado desse jeito pra ir trabalhar?” Eu tô indo trabalhar, eu preciso ir do meu jeito de trabalho, e as pessoas não entendem que você vai sair de casa seis, seis e meia da tarde pra vir trabalhar numa sexta-feira, no sábado.

S1 - Meu marido, pra ele nem tanto, que nem eu falo pra ele: “não liga aqui”, eu não gosto que fica ligando aqui todo dia, eu já presenciei o R dando bronca num funcionário que tá ali “ah, não. Tá, te amo”, aquelas coisas sabe? E então eu não quero passar por isso, então e falo pra ele: “você me liga se for uma coisa necessária, senão não”, e ele a mesma coisa, eu nunca liguei no serviço dele, faz um mês que ele tá nesse serviço novo, nunca liguei lá, nem sei

ainda o telefone de lá, porque eu acho chato esse negócio, se eu virar pro meu marido e fala: “amor eu tô indo trabalhar” e for pra outro lugar, ele não vai nem saber. Por isso que tem que ter um pouco de confiança, porque senão você vai viver vigiando a pessoa, você não vive, né? Você acha que eu vou ficar indo atrás que nem meu marido, não tem horário pra sair, é um restaurante. Ele entra cinco horas da tarde e fica até o último cliente. Seria ridículo eu ficar ligando lá “o C já foi embora?”. Então tem que ter confiança, por mais que você tenha medo de ser traído, mas você tem que ter pelo menos um pouco de confiança porque senão não vai pra frente. Já vi colegas minhas terminar namoro, que trabalha aqui, porque a pessoa quer “olha, a gente continua namorando mas eu quero que você saia do seu serviço”, não aceita. “o que? o paciente dorme lá?”. Ele acha um absurdo. Então é difícil pra relacionamento assim.

S4 - Eu acho que é uma não preparação, de uma certa forma, de uma forma geral de ver o funcionário noturno, como se dissesse assim: “a noite é pra fazer umas outras coisas e não pra trabalhar”. Eu acho que essa não preparação de uma forma geral de um grupo grande. Não só da gente, mas de um grupo em geral. Eu acho que é mais ou menos nesse sentido, isso demora pra consertar porque é como se diz: a noite é pra dormir e não pra trabalhar.

- Eu não sei, a mulher ... por exemplo ele que trabalha à noite, pode ser uma ignorância da minha parte, mas eu acho que é mais fácil pro homem, porque o homem ele tem o ciúme da mulher, a mulher tem ciúme dele porque ele trabalha à noite. O homem, que nem no meu caso, quando eu comecei a trabalhar à noite eu logo fui fazer faculdade, eu comecei a ganhar mais que o meu marido. Então surgiu várias outras coisas. Ele começou a se sentir incapaz, começou a se sentir inútil, achou que eu tava muito inteligente e ele não, que eu tava superior. Eu acho que a mulher não liga tanto quando o homem ganha mais, quando o marido ganha mais, mas quando o marido vê... que nem quando eu comecei a fazer faculdade eu quase me separei do meu marido. Ele não aceitou de jeito nenhum. E ainda fui cair na besteira de dizer que quem tinha me incentivado a fazer faculdade tinha sido o R, ele quis odiar, ele quis matar o R: “é esse cara fica pondo idéia na sua cabeça”. Hoje em dia, não. Não, mais ou menos, é aquele negócio: eu finjo que eu não percebo. Que nem na semana passada eu pinte o cabelo, eu fiz escova e ele disse: “você vai começar suas aulas, né”. Todo o mês eu pinto o cabelo, mas esse mês ele achou que eu pinte porque ia começar as aulas. Mas aí eu finjo que não percebo, não falo nada, mas eu acho que pra mulher ainda é pior porque. Pode ser que não sejam todos os homens, mas o homem em geral não gosta muito da mulher muito

independente, que nem no meu caso que eu comecei a trabalhar, comecei a estudar e ainda teve uma época que eu tava ganhando mais que ele. Foi, acho, a pior fase da minha vida, porque você ter que ver o homem sentado no sofá cabisbaixo porque: “ah eu tenho que arrumar outro emprego”, e você vê que um pouquinho de tudo aquilo é porque você tá bem e ele não, é complicado. O homem em geral, acho, tem, na minha opinião, acho que tem um pouco de medo de mulher independente.

S4 - É o machismo, né?

S1 - Se assusta de ver uma mulher que trabalha, que nem meu marido, um dia eu falei pra ele: “você acha que todo mundo me canta no meu serviço, que eu vou arrumar um playboyzinho na faculdade, e cadê a confiança? Qual foi o dia que eu te dei um motivo de você pensar isso?. Eu não sou uma pessoa de me apaixonar tão fácil, do jeito que você tá pensando”. Foi aí que ele parou um pouco de pegar no pé, mas é complicado. Minha mãe, quando eu comecei a fazer faculdade, ela falou: “arrumou filho e agora quer ter vida de adolescente”. Poxa, quando eu comecei a fazer faculdade, meu filho já tinha cinco anos, eu esperei muito tempo pra fazer faculdade, não é que eu quero ter uma vida de adolescente, eu quero ter um estudo pra ter uma vida melhor. Depois ela pediu desculpa, mas naquele de imediato, ela achou errado eu deixar meu filho na escola pra fazer faculdade, entendeu?

Coordenador - Eu vejo que vocês estão falando muito o que as pessoas pensam, as pessoas que convivem com vocês, o que elas imaginam, né?

S1 - É. Na verdade é o que elas falam mesmo. Porque falam, né? É que depois você vê que ... no meu caso as pessoas param de falar porque vêem que estão me chateando, tá te magoando, e vê que você tá trabalhando porque você quer crescer, você quer melhorar, mas é complicado. Na verdade quem te entende perfeitamente é as pessoas que tá aqui, que trabalha com você. Aqui não tem problema.

S2 - Voltando aos plantões noturnos, uma das coisas que chateiam muito a gente de vir trabalhar assim no plantão noturno é quando um vizinho tem um aniversário: “olha tem um aniversário aqui hoje”, sexta-feira. Aí você tem que vir, meu, aí tá todo mundo preparando as coisas: “você vai trabalhar?” “vou, tenho que ir, né?”.

S1 - Se você tem que trabalhar você não pode beber, porque você tem que trabalhar. Se você tá pós-plantão você toma duas latinhas e já tá bêbado (risos) porque você fica bêbado mais

rápido. Quer dizer, não tem outro jeito, você não aproveita a festa, é horrível.

S2 - É, o plantonista noturno parece que ele, não quero prejudicar os outros, mas parece que ele tem um responsabilidade maior porque se ele vai trabalhar à noite, por exemplo, a pessoa que vai trabalhar de manhã ele pode ficar na festa até duas horas da manhã, ele dorme das duas às seis, e dá tempo tranqüilo, e a gente que trabalha à noite não pode ficar pra dormir um pouquinho à tarde, porque se dormir às duas horas da tarde não resolve nada.

S3 - Não resolve.

S2 - Não resolve. Aí chega à noite e é cruel.

S1 - É muito complicado sair de festa...

S3 - E você não tem festa, três quatro horas da manhã. Vamos supor você pega um final de semana: “ah, vamos fazer um churrasco”, churrasco é à tarde. Aí você vai à noite pra trabalhar, não tem jeito...

S2 - Aí quando você chega já não tem mais nada, né?

S1 - Fim de semana assim, praia essas coisas também é bem difícil.

S3 - O social muda...

S2 - E nessa área da gente que é a área da saúde não tem feriado prolongado, que se você trabalha numa empresa de dia tem um feriado na quinta-feira, às vezes já emenda quinta e aí volta só segunda e aí a gente que trabalha em plantão noturno e na área da saúde ainda, não tem feriado prolongado. Tem feriado quinta-feira mas pra quem trabalha de dia, mas de noite...

S3 - De noite também é normal, sexta...

S1 - Agora, uma coisa que é bom pra quem trabalha à noite, pelo menos no meu caso, às vezes eu tô de folga vou sair com o meu marido de madrugada pra tomar uma cerveja, ah cinco horas da manhã é dia, não sente sono, né? Você tá ali naquele pique. O duro é depois, né? (risos). Bate aquela canseira, vem trabalhar cansado no outro dia...

S3 - O engraçado que quando tá em casa, você chega terça-feira, você vai lá no mercado onze horas da manhã, de bermudão, todo mundo olha e fala: “olha que bicho folgado”.

S1 - Vagabundo, não trabalha..

S2 - O cara tá desempregado...

S3 - Vagabundo, desempregado... eu trabalho à noite, pra nós durante o dia, é noite...

S1 - Engraçado que às vezes as pacientes falam: “ah, você viu a novela?”

S3 - Você tá lá de bermudão. Fazendo compra, os outros olham: “desempregado, fica aí”. Vai com a família, numa boa. Começo a dar risada.

S2 - Tem muitos pontos positivos e alguns negativos.

S3 - Você ganha na parte...

S1 - Uma vez eu quase bati numa mulher porque o farol abriu e eu não andei e a mulher passou do meu lado: “tá dormindo”.

S3 - Ela acertou...

S1 - Meu Deus do Céu, enquanto eu não alcancei aquela mulher, não vou falar o que eu fiz porque tá gravando... (risos) Que eu falei tanta coisa praquela mulher, que eu parei no farol do lado dela, abaixei o vidro, e comecei... falar, falar, falar. A V, minha irmã, tava do lado: “pelo amor de Deus” e eu xingando todos os palavrões que eu sabia, e gesto que eu sabia eu fiz, porque eu queria matar aquela mulher, só porque ela falou: “tá dormindo”. Nossa aquilo me... eu nunca tinha ficado tão nervosa na minha vida... a mulher, coitada, ficou assim olhando o farol, acho que ela não via a hora do farol abrir, porque eu tava xingando ela. Horrível. Outra coisa que é estranha, às vezes paciente porque eu sou mulher e às vezes eu vou atender uma mulher: “ah, se viu quem matou o Lineu lá, não sei o que da novela?”. A gente não assiste novela, não assiste nada. Às vezes é até chato, né? “ah, se viu quem matou o Lineu lá, não sei o que da novela?”

S4 - Você tá perdida, é como se você estivesse sem informação, você tá sem a mídia.

S2 - É o que eu acabei de falar: o nosso fluxo não dá permissão da gente vê isso, quando você tá em casa, você se preocupa em dormir pra vim trabalhar à noite...

S1 - À tarde só passa programa de fofoca, não tem outra (risos)

S2 - E a tarde os programas não são interessantes...

S1 - Só de fofoca...

S2 - De manhã tem Ana Maria, você não vai assistir porque você não vai fazer culinária, chega louco pra dormir. O noturno é um contra-fluxo.

S4 - Fazer bolo, S2... (risos)

S3 - Fazer bolo de madrugada...

S1 - À tarde eu assisto aquele SPTV que passa à tarde pra não ficar tão assim. Às vezes o paciente vem falar de alguma coisa mais séria, fica até chato você falar “ah?”, vai falar: “coitada, né? Loirinha e burrinha” (risos). Não dá. Ou então aquele jornal da Globo, aquele que passa bem de madrugada; o último jornal da Globo.

S2 - Jornal da Globo.

S1 - É. Meia-noite, aquele. Então às vezes eu assisto aquele.

S3 - O que passa antes do Jô.

S1 - É, porque aí eu assisto Jô Soares também. Só.

Coordenador - Então a gente vai ficando por aqui hoje, né?

S1 - É senão a gente vai ficar aqui até amanhã cedo.

Coordenador - Como é que é?

S2 - Na próxima reunião a gente vai falar de quem trabalha à noite e não do ciúmes. (risos)

S1 - Mas eu acho que ciúme é a pior parte... eu acho.

Coordenador - Bom, então eu vou fazer um pequeno teste. Espero que tenha gravado tudo, acho que vocês ...

S1 - Mas a gente fala tudo de novo, não tem problema... (risos)

Coordenador - Vocês falaram bastante coisas, eu achei que foi muito bom, então eu gostaria de tá marcando com vocês, eu preciso realmente pegar o jeito desse...

2ª Sessão - 21/08/2004.

- ... Retomando os pontos da semana, passada não, da outra, né? Da retrasada e também a partir daí pra vocês desenvolverem conforme quiserem...

- A gente tinha começado a falar do relacionamento à noite aqui. Como que era, o esquema à noite (risos), que creio eu deve mudar de plantão pra plantão, né? Se bem que não foge muito, né? De plantão pra plantão. Por exemplo: a gente tem horário de descanso, nós dormimos uma hora. Então tem aquelas pessoas que preferem ir primeiro e tem aquelas que preferem depois. Aí já é meio que escalado isso: eu e o S3 dorme no primeiro, a S4 e o S3 no segundo. Mas também tem uma... como que eu posso dizer... exceções...

- É depende do momento, tem momento que ...

- Hoje a S4 fala: “ah, hoje eu tô cansada”, eu falo: “oh, amanhã eu não tenho aula, se você quiser dormir no primeiro...”, porque assim eu tô tão acostumada a dormir logo no primeiro horário que quando eu durmo no segundo horário eu acordo eu tô me sentindo meio aérea ainda, demora pra pegar no tranco. Então é ruim, sair da rotina porque se tenho aula de manhã no outro dia, aí como eu falei: “não, vai você hoje porque eu amanhã não tenho aula”.

- Dormir no primeiro horário... como é que seria?

- É. Porque assim, não pode ...

- São dois horários de poder descansar, é isso?

- É, reveza pra poder tá olhando o exame do outro. Um tem que tá fica olhando, enquanto o outro descansa.

- Como a gente começa a revezar tarde, a gente nunca vai revezar cedo, então o que a gente faz: vai eu e o S3...

- Aí fica os dois...

- Dorme uma hora, às vezes uma hora e meia, quando tá meio ruim de acordar (risos)...

- Dependendo do momento, né? Tem hora que não tem problema nenhum, porque tem hora que ...

- Dependendo da noite, às vezes eu tô com (?) que é um exame que exige um pouco mais de

atenção, porque você tem que aumentar a pressão do aparelho, conforme o paciente tem apnéa (...), mesmo que o (?) é meu qualquer um tá disposto a olhar pra eu dormir e vice e versa. Então tem a confiança, um confia no outro colega porque também todo mundo quer dormi, então precisa confiar no colega...

-Essa hora de descanso ela é assim muito aproveitável, se você descansa essa uma hora durante à noite, de manhã você tá mais disposto, tem mais disponibilidade de fazer as coisas...

- Tá na rotina...

- Por mais que a gente vá pra casa, você vai dormir o dia inteiro, essa hora é tão válida que é assim...

- Eu já tive experiência de trabalhar com pessoas que não confiavam em deixar meu exame, e é horrível porque você tá acostumada a ter aquele descanso e ficar a noite inteira ligada porque você acaba ... dá dor de cabeça

(Houve falha do gravador. A partir daqui, o conteúdo foi o que se obteve pelas anotações da observadora.)

S2: (...) fica tão tenso e pensa, será que (...).

S1: (...) eu e o C vamos dormir (...) por exemplo, ninguém chega (...) chega um funcionário novo (...) e acaba percebendo (...).

Coord: Deixa vê se eu entendi (...)?

S1: (...) se vier um manso e a campainha dele tocar a gente vai falar .

S4: Existe uma responsabilidade (...).

S2: (...) nós trabalha com um pouco de liberdade (...) nós temos a vantagem de ser o chefe de nós mesmos (...) eu tô indo deitar, tenho certeza de que a S4 vai olhar (...) ninguém vai querer prejudicar o outro (...).

Coord: Você sente que é bom?

S3: É relaxante (...) funcionários que trabalham no turno noturno e não tem esse descanso (...).

S2: (...).

S1: (...) suponhamos que 3h00 da manhã fui deitar (...) e a S4 e o S2 não olhar (...) se ficar um eletrodo desligado (...) você tem que responder pelo exame que você assinou (...) ficou quase 1h o sensor de queixo do osvaldo caído (...) eu me responsabilizei (...) vai da pessoa que ficou acordado ter consciência de que o exame tem que ficar bom (...), por exemplo, quando entra

um funcionário novo (...) você tem que dá uns toques (...) você tem que confiar em todos os sentidos na pessoa (...), tem a punição e você tem que ser responsável pelo seu exame.

S4: (...) confiança (...).

S1: (...) aqui (...) peguei plantão que o clima era terrível (...) tem que ter harmonia em todos os sentidos (...).

S4: Senão a noite se torna duas, de cansaço (...).

S3: (...).

S1: (...) esses dias eu tava quieta, o S2 perguntou, o que você tem (...).

S2: (...) é que ela fala tanto (...) uma coisa que as pessoas não entendem (...) batem palma no portão (...) que a gente chega aqui o pessoal é tudo legal (...) vai acarretando sono (...).

S1: (...) você vê o convívio da gente aqui, porque meu marido começou a trabalhar à noite (...) fui sair de casa e meu filho não largava a minha perna (...) cheguei aqui conversei com eles e acalmei (...).

Coord: Parece que tem um acolhimento (...).

S3: (...) de família.

S4: (...).

S3: (...) Gera ciúmes né, quem é casado gera ciúmes.

S2: (...) aqui tem um tempinho pra conversar.

S1: (...) contar piadas (...).

S4: Porque a madrugada é grande (...).

S1: Porque é a noite inteira (...)e a gente sabe que deve brincar (...).

S4: (...) quem trabalha a noite sai menos (...).

S2: (...) quer sair a noite (...).

S3: (...) minha sogra tava em casa (...) começamos a tomar cerveja (...), a cerveja não faz mais o mesmo efeito que fazia antes (...), agora vai me dando um sono (..) minha sogra que é mais velha que eu (...).

S2: (...).

Coord: Parece que dá pra se colocar mais no lugar do outro.

S3: tem ajuda (...), faculdade a pessoa que tava trabalhando comigo acabava trabalhando mais do que eu pra eu estudar (...) acaba sendo mais divertido.

S4: Você acaba tendo uma certa perda (...) mas acaba tendo vantagens.

S1: (...).

S3: (...).

S4: A pessoa que nunca trabalhou a noite acha uma noite muito longa (...) pra gente é normal (...) se a gente sai hoje pra trabalhar, durante o dia (...), tem que passar por uma nova adaptação.

S1: (...) você acostuma no silêncio (...).

Coord: O ambiente aqui é silencioso ?

S1: (...).

S2: (...) pessoas que vem com um sapato (...) mais barulho (...) a gente oferece uma papete (...).

S4: (...).

S1: Já aconteceu uma vez (...) fui arrumar um eletrodo, meu estômago roncou e o paciente teve um susto.

Coord: (...).

S1: (...) barulho de criança (...) pra eu ligar o rádio em casa é baixo (...), em casa muito barulho já não (...).

S2: (...) faz silêncio pra eles dormirem (...).

S3: (...) a manhã é Domingo (...) acordo, ponho o som no último volume (...).

S4: Entra no ritmo do dia.

S3: É.

S4: (...).

S3: No meio de semana não, qualquer barulho você fica meio irritado, no domingo não (...), a vida social da gente muda totalmente, você vai num barzinho 2h00 da tarde (...).

S4: (...).

S2: (...) no meio de semana no barzinho são só aqueles que bate cartão todo dia (...).

S1: (...) barulho de dia você não pode reclamar (...), o meu vizinho faz aqueles negócios de ferro (...), ele usa máquina de solda e uma maquina (...) eu não posso falar pra ele, preciso dormir (...).

S3: Quando trabalha de domingo não tem esse negócio de fazer festinha (...) pela sociedade nós é que estamos ao contrário (...).

S1: Deveria ter bairro de pessoas que dormiria à noite (...).

S3: Mas aí não ia ter graça (...).

S4: (...).

S3: O gostoso de trabalhar a noite (...), quem trabalha de dia é uma rotina (...).

S4: (...) tem que ficar 03 meses (...) a gente passa a compreender melhor.

Coord: As pessoas (...).

S4: (...) a gente passa a entender (...).

S1: (...).

S4: (...) a irritabilidade vem (...) ficamos mais lentos pra ler alguma coisa, precisamos ler duas, três vezes (...).

S1: As vezes tenho que ler antes de estudar.

S4: (...) somos conscientes disso, enquanto outros trabalhadores noturnos não tem essa compreensão.

Coord: (...) estudam questões ligadas ao sono (...).

S4: (...) o paciente vai relatar da vida dele (...), se nós tivermos isso vamos ter noção (...).

S1: Que nem o S3 tava falando que de domingo ele entra na rotina (...) tava aquele sol e todo mundo se divertindo (...) e eu não tava aguentando (...), fui ficando no sol pra não desagradar todo mundo (...) e foi me dando uma coisa (...), entrei e só saí pra fora depois que o sol foi embora (...).

S2: (...) na realidade o seu organismo tá te pedindo uma penumbra (...).

Coord: (...).

S1: (...) eu quero dormir, quero que todo mundo some (...).

Coord: (...) tenha uma situação conflitiva (...).

S4: (...).

S3: (...) deixa de ter a nossa própria vontade (...) pra não se sentir deslocado fica (...).

S1: (...).

S2: (...) pra você não parecer anormal no meio dos outros (...), você é anormal consigo mesmo (...).

S2: (...).

S1: São pequenas coisas que irritam.

S3: (...).

Coord: (...) banho (...).

S3: (...) quando saio sem ter tomado banho (...).

S1: (...) eu tava sentada, relaxada (...), como é que um cara pode dar em cima de uma mulher podre (...), pequenas coisas que irritam (...), se você tá descansado (...).

Coord: Teria até uma outra forma de interpretar.

S1: (...).

S2: (...).

S3: Ia depender, se fosse um cara feio pra caramba.

S1: E na feira (...) porque tem uma mulher que vende alho (...), toda hora (...), olha o alho (...). Falei pro meu marido, não vou na feira hoje porque eu não quero ver a mulher do alho (...), eu sei que nesse ponto eu tô errada (...).

S2: (...) vezes você vem no metrô (...) quando vou sair (...), mas consigo fazer a adaptação legal (...), as vezes chego na escada e tem um casal namorando aí tenho que esperar a escada (...).

S1: Uma coisa que me irrita (...), meu marido fala (...) só porque você trabalha a noite tá assim (...).

Coord: Mas por quê ?

S1: (...) ele fala isso porque sabe que me irrita (...), ou então as vezes chega na casa da minha mãe e ela fala (...), peguei o carro da Helen pra você pegar a cesta básica (...), se eu tiver muito irritada eu falo "por que ela não vai?" (...), você tem que saber o limite das pessoas (...), quem nunca trabalhou a noite não vai entender nunca o que é trabalhar a noite (...).

S4: (...) quem trabalha a noite tem uma perda muito grande e a produtividade é menor (...), a partir das 2h00 da manhã (...).

S1: (...).

S4: (...) essa hora de descanso (...) se você tiver que fazer um relatório é melhor (...).

S3: Perde a coordenação motora.

S1: (...).

S4: (...) nós saímos da luz intensa do dia (...) não conseguimos ficar na luz intensa a noite.

Coord: (...).

S1: (...).

S3: (...).

S4: A gente acaba se adaptando com essa diminuição da luz que em casa (...) fica tudo

apagado (...).

Coord: Economia de energia.

S1: (...) ficar com a luz acesa parece que cansa mais.

S2: (...) quando tá cansado, um fala com outro e ele fala, ham ham (...).

S1: (...).

S2: (...) parece que vai desligando, quando vai cansando (...).

S1: (...).

S3: Na rua se a pessoa pergunta alguma coisa pra você, você pára (...) processa (...).

S1: (...) meu marido fala que eu tenho mania de falar ham, ham (...).

S3: Porque tá processando (...).

S4: Somos diferentes.

S1: O que mais me preocupa trabalhar a noite é a saúde (...), envelhece (...).

S2: (...) envelhece, você fica verde.

S4: (...) a pele muda (...).

S1: (...) eu fiquei imaginando, eu não vou chegar aos 76 anos (...), continuar nesse ritmo (...), essa questão da saúde me preocupa (...), tenho gastrite, dor de cabeça, alteração de humor (...), vi minha vó reclamando e fiquei pensando, como vou ficar daqui uns anos (...), você fica totalmente bagunçada (...), eu fico quente (...), chega em casa e tomo banho e daqui a pouco tô quente de novo (...).

S2: (...) você pega dois colchões (...).

S1: (...) todo mundo de bluzinha e você com frio.

S2: (...).

Coord: Você tá falando que dormir durante o dia (...).

S3: A gente fica acordando.

S3: (...).

S1: (...).

S2: (...) se você acorda sozinho, acorda com outra disposição, agora se outra pessoa te acorda (...).

S3: (...).

S2: (...).

S3: (...) minhas filhas (...) o pai tá dormindo, vamo deixar ele (...). No começo (...) quando

... você começa a trabalhar a noite (...) que lindo, que maravilhoso (...), passa 20 dias vem a depressão (...) , no começo vem aquela excitação enorme, fica até 2 dias sem dormir (...) depois (...) depressão (...).

S4: (...) quando você fica mais de 30 horas acordado, você vai dormir e não consegue (...) pressão principalmente na região frontal (...).

S1: (...) tive paralisia do sono, é terrível. Eu não posso assistir programa (...) eu choro horrores (...), assistir Rei leão (...) na hora que o rei leão morreu (...).

Coord: Fica com a emotividade a flor da pele.

S1: (...).

S2: (...) você começa a conversar com uma pessoa (...).

Coord: Você também sente isso?

S2: Sinto.

S4: (...) você fica mais sensível sim (...), há uma facilidade de você chorar.

S2: Outro dia fui corrigir o meu filho (...), fui conversar com a minha esposa e a lágrima desceu (...), eu tenho essas emoções assim (...).

S1: (...) eu já fiz essas coisas, coitada (...).

S2: Se vim te acalantar, pode trazer lenço porque você chora mais ainda.

S1: (...) eu nem assisto mais filme (...) esses programas mais pesados, Cidade Alerta(...), mostrava aquelas crianças pobres e eu ficava pedindo perdão a Deus porque reclamo (...). Fui assistir aquele Late Show (...) chorei (...) reportagem sobre canil (...).

S2: E tá estudando biologia.

Coord: (...).

S1: Vou ter que abrir uma rã, mas só vou se for pós- plantão (...).

S3: (...).

S1: (...).

S4: (...).

S1: (...).

Coord: (...).

S1: (...) eu evito (...) eu sei o que eu vou fazer quando eu tô pós- plantão, quando eu não tô (...). Não é psicológico (...).

Coord: Acho que hoje tá bom, se vocês quiserem falar mais alguma coisa.

S3: A S1 fala muito (...).

S4: Esses são os funcionários noturnos que falam.

S1: Quando a gente deixa eles falar, eles fala.

S2: (...).

S3: (...) minhas filhas fala, pai tô falando com você (...).

Coord: (...) fica desligado (...).

S1: (...) é (...).

Coord: Por falar em não falar (...), uma outra moça, a K (...).

S1: A K acho que não quis.

Coord: Ah, tá.

S4: (...).

Coord: O S3 é o que trabalha há menos tempo?

S3: É.

S1: (...) eu e o C fala muito (...).

S2: (...).

S4: (...) eu tenho mais ou menos 8-9 meses que trabalho toda noite (...).

S3: Eu (...) praticamente 02 anos (...).

S4: (...).

S3: Ficava 40 horas acordado (...).

S1: (...) trabalhei 02 meses toda noite (...), me isolei do mundo (...).

Coord: Toda noite era a mesma função?

S1: É.

Coord: E você também S4?

S4: (...).

Coord: (...) não é uma questão de intensidade.

S4: Não.

S1: (...) colega que consegue sair e ir (...) na praça da Sé (...), eu não (...).

S4: Depende de organismo pra organismo, eu quando saio consigo fazer algumas coisas (...) tem gente que não consegue (...).

Coord: (...).

S4: (...) se a gente trabalha toda noite e tem uma hora certa para dormir, tudo bem, mas o

social prejudica (...).

3ª Sessão - 04/09/2004

Coordenador – Caso não dê pra vocês algum dia, por algum motivo a gente fazer a gente volta, não tem problema...

S3 – Não, não...

S1 – Não, não tem problema... Já tá gravando? Já?

Todos – Já, já... (risos)

S3 – Então pode começar você...

S1 – Começa você, que você ainda não falou nada... não é?

(risos)

S5– Tudo bem, eu concordo, tranquilo.

S4 – Quais foram as mudanças que você sentiu trabalhando à noite assim Débora, no início?

S5– Aproveitou né S2? (risos). É bem diferente, eu nunca trabalhei à noite. É difícil acostumar um pouquinho mas agora tá mais tranquilo. O corpo sente com certeza...

Coordenadora – Quanto tempo já tem?

S5– Vai fazer um mês...

S3 – Ainda tá na fase da emoção. Lindo, maravilhoso, lembra quando eu falei que tava na parte lá em cima... deixa dar uns três, quatro meses que vai estar chutando até o cachorro, é verdade...

(risos)

Coordenador – Você veio de fora ou você trabalhava em uma outra área aqui no próprio instituto?

S5– Não, vim de fora. Eu fiz o curso ...

Coordenador – Foi admitida...

S5– Mas por enquanto tá indo...

S3 – Na fase da euforia.

S5– É. Eu não sei se depois eu vou chutar porque eu não muito assim mas...

S3 – É modo de dizer.

S5– Mas por enquanto tá indo.

S1 – Não vamos assustar ela coitada não é que é ruim também, né?

S5– Não, não vou fugir, não se preocupem (risos). Você ainda vão me ver muito aqui. Eu não vou sair correndo. É diferente mas ao mesmo tempo eu também pelo menos tô achando gostoso, porque eu sou bem curiosa e eu acho que aqui deu pra matar bastante a curiosidade sobre coisas novas e diferentes.

S4 – Agora S1...

S1 – Hoje eu te sem assunto...

Risos

S3 – Eu não acredito, eu não acredito você sem assunto...

S1 – Eu ultimamente tô mais sossegada porque eu tô com a minha sogra em casa então tá dando pra descansar mais. Chega em casa tem almoço pronto, a roupa tá lavada ...

Risos

S3 – Que legal. É ruim porque a gente não tem mais o que falar.

S1 – Só que é ruim porque quando tem visita assim a gente tem que sair à noite pra trabalhar. A minha sogra é gaúcha, então ela tá passando um tempo na minha casa e não é uma visita que só foi me visitar um dia, ela vai ficar até o final do mês e como o meu marido trabalha à noite também então é ruim, eu fico dó de deixar ela em casa. Então o ruim é isso também, mas isso não é o fato de trabalhar à noite, se fosse durante o dia eu também ia achar ruim do mesmo jeito. É meio estranho.

Coordenador – Deixou ela em casa?

S1 – É, ela fica na minha casa e ela morre de dó de mim graças à Deus.

Risos

S3 – Aí faz tudo pra você...

S1 – Ela tem uma dó que eu trabalho à noite...

S3 – E aí ela faz tudo pra você. Você chega e tem tudo pronto. Que legal.

S1 – Às vezes eu não quero dormir pra fazer companhia, tudo né? Porque meu marido trabalha à noite mas ele sai de casa três e meia da tarde. Às vezes eu não quero deixar ela sozinha também aí ela: “vai dormir”. Eu chego a cama tá arrumada, eu almoço e duro um pouquinho, ponho o relógio pra despertar em baixo da cama senão ela não me chama. Se eu falo pra ela: “me chama daqui a uma hora”, ela fica com dó e aí ela não chama, lógico que se não me chamar eu não acordo, né? Então é engraçado.

Coordenadora – Não acorda por si só, né? Só com o despertador, né?

S1 – Não, sozinha eu não acordo. A não ser que eu esteja preocupada com alguma coisa. Por exemplo, quando eu durmo em casa e eu tô sozinha com o meu filho, eu acordo normalmente depois de meia hora, uma hora, mas como ela tá em casa cuidando, eu tô sem preocupação nenhuma. Então eu durmo sossegada. Eu até ronco, que eu tô roncando agora.

S4 – É você tem que fazer polissonografia.

S1 – Por causa da Sinosite. Então tampa o nariz e tô roncando. Mas é ruim assim. Eu fico acordada porque eu fico com dó de deixar ela sozinha mas tem hora que a pessoa tá falando comigo e eu já tenho que pensar pra responder. No plantão retrasado eu tava indo embora, eu fui pegar o ônibus que eu pego todo dia aí ela perguntou se passava perto de uma fábrica de porcelana, e passa. Eu não conseguia lembrar o itinerário. Aí eu falei pra mulher: “ah espera só um pouquinho”, a mulher ficou olhando pra minha cara e eu, sabe... eu na minha cabeça refazendo o caminho do ônibus aí eu falei pra ela que não, que não passava, mas mesmo assim eu ainda fiquei pensando “não eu acho que passa” aí eu fiquei pensando. Aí a sorte é que a mulher tava num ponto do ônibus do lado, porque era um terminal lá, aí eu fui chamar a mulher, pra falar pra mulher que passava.

S2 – Esse mesmo exemplo aconteceu comigo aqui, uma senhora perguntou pra mim “a Rua Embaú, fica pra cima ou pra baixo?”. Aí eu fiquei igual você: “Pra cá pra baixo”. Que eu conheço tudo aqui em baixo. Mas aí eu ... “mas essa rua é pra cá mesmo ou é lá pra cima?”. Aí vim, vim e quando eu cheguei perto aqui eu vi que era essa primeira ruinha aqui. Dá esses brancos ...

S1 – Eu dô uns fora porque de manhã eu não sinto sono mesmo, eu não fui pra faculdade então eu fiquei de manhã numa boa conversando e tudo, aí almocei. Almoça e aí pronto, né? Aí minha sogra “tu não vai dormir?”, “não não tô com sono”. Não deu cinco minutos que ela falou isso eu fiz assim “ai que sono”, “mas eu não falei que é pra tu ir dormir”, “não é mania que eu tenho de falar que eu tô com sono, mas eu não tô com sono não”.

S5– Fica assim pescando...

S1 – Eu não cochilo, mas meu olho vai ficando fundo, sabe? Aí meu filho fala que eu fico parecendo uma vampira: “ai mãe você tá parecendo uma vampira, vai dormir”. Porque você vai ficando com cara de podre, de “só o pó”, mas não tem jeito, por mais que você tente... é horrível. Aí eu fico fazendo sempre alguma coisa, eu não fico parada que é pra não me dar sono. Aí quando dá umas cinco horas da tarde, aí não tem jeito, eu falo pra minha sogra: “eu vou deitar um pouco, tá”

S4 – Fica devagar...

S1 – Que nem no primeiro dia: “daqui a uma hora você me chama?”; “chamo”. Acordei dez horas da noite, conclusão: passei a noite inteira acordada.

S3 – A noite inteira em claro. Foi pior.

S1 – Eu não ia virar pra ela e falar “ta vendo, não faz mais isso porque senão eu não durmo”. Pô além dela fazer o favor de me deixar dormir... Então agora eu ponho o despertador debaixo da cama. O despertador é baixinho, então ela fala: “nossa mas tu já levantou?”. Eu não falo que eu ponho o despertador...

S5 – Ah acordei! (risos)

S1 – “Ai eu não consigo dormir de dia”. Ai que mentira!

S3 – Que mentira!

S1 – E eu “ai eu não consigo dormir de dia”. Eu não vou falar pra ela “pô você me deixou dormir um dia e eu acordei dez horas da noite”. Eu fiquei tão nervosa (risos), eu olhei assim no relógio e falei “eu não acredito que é dez horas da noite, agora eu não vou dormir”. Onze horas da noite minha sogra foi dormir ...

S3 – E você acordada lá assistindo televisão...

S5 – Ela ficou a noite inteira... (risos)

S1 – E eu assim “p... agora eu não vou conseguir dormir”. Aí fiquei assistido televisão até quatro horas da manhã.

S3 – Ontem também eu fiquei... fui dormir ... cochilei, acordei mais tarde e aí tive que acordar minha filha pra fazer um negócio dela, era três horas da manhã eu tava acordado. Até dormir ...

Coordenador – Vocês estão falando assim que o dia que você não vem pra cá tem que ter um controle com relação ao horário...

S3 – Isso... pra não atrapalhar.

S1 – Eu tenho que dormir no máximo duas horas durante o dia só pra tirar aquela zoeira da cabeça.

S4 – Se você não tiver esse controle você perde isso. A pessoa que trabalha noite sim, noite não se ele dormir o dia inteiro vai chegar uma hora que ele vai sair da noite. Ou ele dorme pouco período pra dormir a noite toda, senão não consegue. Eu trabalhei muito tempo dia sim, dia não. O que eu fazia: dormia duas, três horas no máximo pra à noite eu dormir a noite inteira. Aí sim, é um controle orgânico.

S3 – Pra dez, onze horas da noite tá dormindo pra acordar no outro dia normal.

S5 – Ainda bem que eu não tenho isso...

S1 – Mas ainda vai ter, pode ficar calma...

Coordenador – Como por exemplo você falou: se deitar uma hora da tarde, por exemplo, como você falou dorme umas duas horas.

S3 – Aí da umas dez onze horas da noite, você dorme normal.

S4 – Dorme a noite inteira.

S3 – Mas como ela dormiu até dez horas da noite, aí já não tem mais...

S1 – Quando eu comecei a trabalhar à noite meu filho era bebê. Então por exemplo hoje eu trabalhava, aí eu dormia o dia inteiro porque meu filho era bebê e dormia o dia inteiro. À noite eu ficava acordada, mas meu filho ficava acordado também, mas ele era bebê. Então eu

limpava a casa à noite, eu fazia bolo, lavava roupa, eu literalmente troquei o dia pela noite. Só que o que aconteceu: meu filho foi crescendo. Não é certo você acostumar uma criança. Tanto que a primeira noite que o meu filho dormiu a noite inteira ele tinha oito meses. É culpa da criança? Não era culpa minha mesmo, porque eu dormia o dia inteiro. Então agora eu faço isso: eu chego do plantão, fico acordada de manhã, até porque eu vou pra faculdade mesmo, aí eu almoço e lavo a louça, faço alguma coisa, umas três horas eu deito e durmo das três às cinco, ponho o despertador, aí eu levanto pra poder sentir sono à noite. E o dia que eu tenho que limpar a casa eu não durmo à tarde, faço o que eu tenho que fazer e desmaio à noite. Porque aí eu não durmo, eu desmaio.

S3 – Dá nove horas você já tá empacotada, já.

S1 – Mas nesse ponto assim é mais difícil. E outra dificuldade que eu tô tendo agora é que eu ou mudar de casa...

S3 – Já consegui já?

S1 – Já consegui e eu fazendo uns planos pra tentar mudar na folga porque tem fim de semana que a gente fica sábado, domingo e segunda que eu já fico pensando “ai meu Deus se eu tiver que trabalhar e arrumar a mudança pós-plantão”, você já fica sofrendo antes da hora porque é terrível você ter que fazer um monte de coisa quando você tá cansada.

S3 – Chama o S2...

S1 – Vou levar o S2 pra fazer...

S2 – Vu só na inauguração da casa.

Risos

S5– Vai só na festa...

S4 – Só quando estiver o champanhe, né?

S3 – Aí chama o S e o S2 que já... Deixa já o churrasco a cervejinha que tá bom...

S1 – E eu mudei de casa também porque primeiro eu não tô ficando o meu filho porque meu marido tá trabalhando à noite. Então ele fica com a minha mãe que mora longe da minha casa. Então o motivo maior de eu tá mudando é pra ficar perto do meu filho pelo menos nos dias que eu tô de folga. Mas o outro motivo é porque eu já moro longe eu vou continuar morando

longe mas o acesso à ônibus é melhor. Então vai acabar tornando menos cansativo porque a pior coisa que você tem é você tá pós-plantão e ter que ficar esperando o ônibus uma hora, uma hora e meia. Então, às vezes eu até falo... esses dias minha sogra falou “nossa você trabalha à noite” e falei que não cansa trabalhar, às vezes eu tenho preguiça de ir embora e fico enrolando pra não...

S4 – Mas é tão engraçado essa coisa desse convívio que quem trabalha, acho que até comentei com vocês da outra vez, quem trabalha noite sim, noite não é diferente de quem trabalha todas as noites, há comportamentos diferentes: quem trabalha todas as noites o barulho dos carros te incomoda, não é que incomoda, há uma coisa diferente. Uma vez eu atravessei São Paulo, e fui pra outro lugar... É tanto trânsito que você tá acostumado a pegar fluxo contrário. Então aquilo muda... você vê que o estresse das pessoas que estão de dia, nós passamos esse estresse de não dormir, de ter algumas perdas, mas não passamos esse estresse do trânsito. Há uma diferença grande e interessante: eu tava parada no ponto esses dias e eu parei pra observar a isso, eles mesmo dormindo à noite eles passam mais estresse do que nós que não dormimos à noite às vezes. Então por mais que nós falamos assim: “que é ruim, não sei o que...”, por mais que a gente tenta assim a gente percebe que é interessante à noite mas você tem umas perdas, mas você tem um certo ganho. Eu falo do incomodar, não é aquele incomodar de absurdo, mas há diferença de ambiente. O S2 também trabalha todos os dias, também pode tá falando nesse sentido, não sei... eu falo isso porque eu já tenho nove meses na noite direto...

Coordenador – Quando você fala da diferença do ambiente...

S4 – É assim você sai... é aquilo que eu te falei, a gente tá tão acostumado com o silêncio que o dia nos assusta, entendeu? Muda, você vai naquele ambiente, você vai onde tem um monte de gente você quer sair dali, aquele ambiente não tá bom, entendeu? Você vai no trânsito e fala “mas o que é isso?”. Parece que você muda seu ritmo, você sai do ritmo social de São Paulo quando você trabalha à noite. Você vê tudo mas você tá no canto quieto. Muda bastante quem trabalha todas as noites e quem trabalha dia sim, dia não. Eu trabalhava dia sim, dia não tinha essa... o social você consegui também melhorar: a melhor forma de doze por trinta e seis, é a melhor forma do funcionário noturno trabalhar, é a melhor maneira do funcionário noturno trabalhar porque ele tem as duas situações: ele tem o silêncio da noite e tem o convívio social do outro noturno. E quem trabalha todas as noites sai desse ritmo, muda bastante isso. Isso é o que eu observo hoje.

Coordenador – Porque hoje você tá direto toda noite.

S4 – Essa é uma diferença grande, interessante, não sei se o S2 também que trabalha percebe isso.

S2 – É isso mesmo. E o trabalho de toda noite é: se você se adaptar à dormir o dia tranqüilo todo dia você fica legal, tranqüilo, todo dia você tá bem, mas se você se adaptar a dormir o dia inteiro você tá estragado, toda a noite você tá estragado.

S4 – Fica difícil porque quando eu trabalhava dia sim dia não eu dormia duas três horas, no máximo, duas três horas era o suficiente pra dormir, eu tinha a tarde, eu fazia tudo e à noite, eu dormia a noite inteira. Então eu não troquei o dia pela noite, foi um longo período, isso não foi um período de um ano, foi um período de sete anos. Então eu me adaptei com isso, eu fiz essa adaptação orgânica minha também, inclusive alimentação também. Como tá todas as noites isso muda, porque se você vai dormir o dia inteiro, meio dia você vai ficar sem almoçar, se vai comer, acorda quatro horas você acorda com fome, você vai comer quatro horas da tarde, aí você não vai jantar, você vai fazer um lanche à noite. Então muda, organicamente muda, seus hábitos muda, muda bastante, é uma diferença interessante.

Coordenador – Quando trabalha toda noite..

S4 – É mais ...

Coordenador – Da outra vez você não mudou tanto assim, pelo que você tá falando, organicamente...

S4 – Eu fiz uma adaptação. Eu fiz essa adaptação. Eu né? E dormia duas, três horas e dormia à noite, então é uma adaptação minha. Não tinha tanta diferença, agora todas as noites há uma diferença nesse sentido. E é aquela questão...

S2 – Você dorme bastante durante o dia?

S4 – Hoje? Não. É lógico que às vezes também a gente faz por não dormir, se for pra dormir, dorme, mas às vezes tem outras coisas que você faz em algum período, às vezes você chega em casa você chega desperto, você quer fazer alguma coisa e isso vai o tempo, do você vai ver vai dar onze horas. Então já perde tempo, aí se você conta das onze às cinco, se a sua qualidade de sono naquele período é ruim, a gente sabe que tem barulho e tudo, você vai dormir menos horas do que de quem dorme à noite.

S1 – Sabe o que eu tenho o costume de fazer? Pra você ver que também é psicológico. Eu não olho a hora que eu vou dormir.

S2 – Eu também.

S1 – Quando eu tô em casa, assim que não tô de plantão, eu não olho no relógio a hora que eu vou dormir, eu não tenho o costume de assistir tv então assim, eu, às vezes, não tenho nem noção da hora, eu sinto sono, eu sei que o relógio tá ali, mas eu não olho porque eu sei que já passou das onze horas, eu nunca durmo cedo, mas seu eu ver que por exemplo é duas horas da manhã e eu acordar seis horas da manhã pra ir pra faculdade, eu fico pensando: “ai quantas horas eu dormir? Ai meu Deus, eu tô cansada”. Então pra eu não ficar contando... se eu olhar no relógio, no outro dia eu fico assim: “ai eu dormi pouco, ai eu tenho que ir trabalhar hoje e eu dormi pouco”. Porque eu não tenho o costume de dormir quando eu estou pré-plantão, por exemplo, hoje u venho trabalhar “então, já que eu tenho que trabalhar, deixa eu deitar um pouco à tarde”. Agora que a minha sogra tá aí, eu até durmo um pouquinho, né? (risos). Então eu coloco tudo em dia, por exemplo, limpo a casa pra no outro dia eu chegar eu poder dormir à tarde. Mas se eu ficar olhando no relógio eu me sinto cansada.

S3 – Eu já durmo de manhã.

S1 – Mas se for ver não tem nada a ver.

S3 – Eu já chego e já durmo...

S4 – Mas a melhor forma de a gente chegar e dormir de manhã, descansa melhor.

S3 – Aí dá umas onze e meia, meio dia eu acordo e aí o resto da tarde... aí vai no mercado, que nem eu falei, às vezes você tá de bermudão no mercado e os cara fala: “olha que vagabundo” (risos)

S5– É. A gente que tá circulando durante o dia: “não tem nada pra fazer”. Mal sabe que enquanto ele lá dormindo você tava lá...

S3 – É. Todo mundo olha pra sua cara e... Agora que você tá trabalhando à noite, não é assim? Todo mundo fala isso.

S5– “Tá de férias?” (risos)

S1 – Tem a vantagem também que ontem eu fui procurar casa na mobiliária e tava todas as casas disponível porque...

S3 – Durante a semana, né?

Coordenador – Durante o dia...

S1 – Durante o dia não tem ninguém vendo casa, você pode fazer o que você quiser. Eu fui no cartório, fiz o que eu tinha pra fazer, resolvi tudo no mesmo dia.

S4 – Tem suas vantagens, né? O lado positivo.

S3 – Você trabalhar à noite é isso, você fica durante o dia, você tem ... pra fazer bastante coisa.

S5– Essa é a vantagem, que pelo menos eu achei isso uma vantagem, tem muita coisa que você tem que fazer, que eu tenho que fazer que eu deixava de fazer porque não dava o horário, o horário não conciliava. Agora ainda tô numa briga com a questão, porque eu sempre fui durminhoca, não adianta, eu ainda tô numa briga, marido fala: “você ainda tá com sono?”. Eu fico assim: “Não, tô bem”, com o olho desse tamanho. Porque se deixar eu durmo o dia inteiro, porque eu sou sonolenta mesmo, eu que tenho que ficar puxando a minha orelha, tenho coisa pra fazer...

S2 – Mas essas coisas é a gente que não aceita que tem que dormir o dia inteiro, mas na realidade a gente tem que dormir o mesmo período de horas que as pessoas dormem durante à noite, a gente tem que dormir durante o dia.

S4 – Aí não teria essas reações...

...

S2 – Eu sou assim: eu venho pra cá pro plantão, vou pra casa, chego em casa oito horas, durmo das oito ao meio dia, sem intervalo nenhum, durmo até meio dia, meio dia eu levanto venho pro curso à tarde, fico no curso, aí do curso já vou pro outro serviço, saio do outro serviço, vou pra casa no outro dia...

S4 – Mas ele só tem manhã. Ele só tem a manhã pra dormir...

S2 – Por exemplo hoje, hoje sábado, fui pra casa de manhã, deitei de manhã levantei era umas três e meia, fui no banheiro, dei uma olhadinha na rua assim, voltei pra cama de novo...

S1 – Mas gente.. há uma grande diferença entre um homem e uma mulher...

S3 – Isso que eu ia falar...

S1 – Homem não tem roupa pra lavar, homem não tem comida pra fazer. Meu marido ele trabalha à noite, toda noite, ele só folga de segunda, ele dorme o dia inteiro. Ele acorda meio-dia porque eu fiz almoço. Ele põe a roupa dele pra lavar, tá limpa porque eu lavei. Então eu acho que pra mulher é difícil porque você não vai: “que se dane o meu marido, que se dane o meu filho, que a casa apodreça de sujeira, eu vou dormir”. É uma obrigação que você tem.

S4 – Dupla jornada de trabalho. Aliás, tripla.

S1 – Você pode um dia ou outro não fazer nada mesmo...

Coordenador – Todas as mulheres aqui concordam? Que tem essa obrigação maior?

S5 – É você acaba ficando com aquela coisa: “não posso”, acaba cedendo, mas eu acho que eu ainda tô na fase do... tô acostumando. Tem dia que eu tô podre, tem dia que eu prefiro... eu prefiro dormir de manhã também, chegar e já dormir, porque não tem outra atividade, mas tem dia que eu falo: “se eu dormir agora, eu sei que vou ficar podre até a hora do almoço. Quem é que vai fazer o almoço pro meu marido?”. Então aí eu já fico acordada, ele gosta de dormir porque ele trabalha até tarde da noite. Então é ao contrário: então eu chego ele tá dormindo, ele vai acordar tipo oito horas que é a hora que eu chego. Às vezes ele enrola até oito e meia e eu fico assim olhando ele na cama e “eu não vou dormir agora porque senão eu fico podre pra trabalhar mais tarde”, então eu prefiro ficar acordada e faço as coisas, na hora ele sai eu falo “pronto, tá liberado”.

S1 – Eu falo isso porque eu tenho umas manias...

S4 – Percebeu a responsabilidade? (risos)

S1 – Se eu acordar e ver a casa suja, não é só por causa do meu marido, pro meu marido não tem problema nenhum, tem dia que eu tô cansada que eu largo tudo mesmo e durmo. Ele nunca falou nada, mas é que eu tenho mania. Se eu acordar e ver a casa suja, eu fico num mau humor do cão, sabe? Eu fico pensando: “que droga, eu devia ter feito tudo, dormir sossegada”, é gostoso dormir com a casa limpa, acordar com a casinha cheirosa, sabe?

S5 – É aquela coisa da gente mesmo...

S1 – É uma satisfação. É coisa de... não sei se toda mulher é assim, mas eu sou assim, entendeu? Eu prefiro tá cansada, fazer tudo que eu tenho pra fazer, que nem hoje eu limpei a casa, hoje tá tudo limpinha, amanhã eu vou chegar, se eu quiser dormir à tarde, eu vou dormir tranqüila. Eu prefiro assim do que...

Coordenador – Agora será que não tem um nível de cobrança que é da própria mulher? Não tanto por causa do outro...

S4 – Eu acho que existe essa cobrança, a gente se cobra, não é na realidade...

S1 – Existe. Perante a sociedade na verdade. Se for ver o que é certo o que é errado assim friamente é obrigação da mulher cuidar da casa. Que nem quando eu casei meu marido um dia, quando eu tava com três empregos, meu marido falou “eu virei a mulherzinha da casa”, aí eu falei, “você virou a mulherzinha da casa e eu virei o macho. Eu não tô vagabundando, eu tô trabalhando, se você quiser que eu seja a mulherzinha da casa, dá tudo o que eu quero, tudo o

que eu tô dando pro nosso filho, sem problema nenhum. Eu vou ficar fazendo bolinho, pudim”, falei desse jeito, “fazer bolo, pudim, vou ficar limpando a casa todo dia”. Foi assim a briga feia, aí depois com o tempo a gente foi combinando: “olha, o dia que eu tiver muito cansada você me ajuda”, ele só não lava a roupa porque eu detesto que ele lava minha roupa, mas a casa ele limpa, ele faz comida quando eu tô cansada, às vezes eu chego da faculdade e ele fez a comida, o fogão tá horroroso, daquele jeito, mas eu não falo nada porque, afinal de contas ele tá me ajudando. Ele limpa a casa assim: onde o padre benze só porque ... (risos) mas eu não refaço porque uma vez eu fui refazer e ele falou que não ia fazer mais.

S5 – Ele acaba ficando chateado, né?

S1 – Ele me ajudou então tá bom. Mas depois eu dou uma disfarçada e no outro dia eu limpo do meu jeito.

S2 – Faz o bife sem a tampa na panela, né?

Risos

S1 – É ele limpa o fogão, entendeu? Mas sabe quando passa o pano e não enxágua o pano...

S5 – A gordura tava aqui e a gordura ficou toda...

S1 – Aí fica aquele, não fica aquele fogão brilhante, do inox brilhante...

S4 – Fica aquela mancha da gordura.

S1 – Aquelas pingadinhos na parte de vidro e aquilo me irrita, mas eu finjo que eu não percebi, porque afinal de contas ele tá me ajudando, eu podia chegar cansada e ainda ter que fazer almoço...

S2 – Essa irritação eu acho que já é do humor da gente, porque quando a gente chega, tá tudo tranqüilo, você fica normal, mas qualquer coisinha que passou do normal você ... aí você fala “não posso fazer isso, eu tô nervoso”

S5 – Altera o humor completamente,

S2 – Aí você sai lá fora dá uma olhadinha volta, o moleque respondeu a lição, o caderno tá aberto, uma simples coisa, deixou a caneta cair no tapete, e o caderno tá no sofá aí você fala: “ai meu Deus do Céu”. Coisinha simples, de você ir lá e colocar um lugar, e colocar onde for normal, mas tem dia que você chega cansado que qualquer coisa... um sapato tá ao contrário, um pé pra lá outro pra cá, você já acha que é motivo pra reclamar.

S1 – É verdade.

S5 – Coisa que se você estivesse tranqüilo, se você estivesse descansado você ia achar uma

coisa mais normal.

Coordenador – E isso é muito nítido pra vocês? Essa diferença da questão do humor? Se a pessoa tá ...

S1 – É com certeza.

Coordenador – ... vamos dizer assim que não foi totalmente satisfeito...

S4 – Dá instabilidade.

S2 – Dá, dá sim. Quando você tá em casa, por exemplo, de folga no final de semana, que a gente folga no domingo, você acorda no domingo de manhã, no sábado, o vizinho com som ligado, você não tá nem aí, você liga o seu também, ouve também tranqüilo. Brinca com o moleque, faz cosquinha na mulher, quando você chega cansado o moleque passa na sua frente você olha assim, vê que ele tá querendo brincar com você mas você fala: “meu Deus do Céu, não dá...”

S5 – Não agüento...

Risos

S3 – Quando chega no domingo, como eu tava falando daquela outra vez, quando você chega no domingo parece que muda, eu fico assim. Amanhã já é domingo, eu chego em casa e vou dormir, se eu não conseguir...

Sujeito 6 – E aí povo!

Todos – Oi Tânia.

risos

Sujeito 6 – Ah é a Débora, tudo bem?

S2 – Você deve ter alguma coisa pra falar da diferença da noite, que você já trabalhou, tá descansada agora deve ter...

S4 – Ah ela era funcionária noturna.

Risos

Sujeito 6 – Continua a mesma coisa, dormindo de madrugada

S2 – Continua dormindo de madrugada.

Sujeito 6 – Continuo. Não consegui voltar ao meu horário.

S5 – Acordada de madrugada você fica...

Sujeito 6 – É eu fico acordada.

S5 – Tá vendo como altera as pessoas...

Sujeito 6 – Eu fico acordada de madrugada, e quero dormir de manhã. Essa noite mesmo, eu fui dormir era cinco e meia da manhã. Cinco e meia da manhã acordadona. Isso porque já tem o quê? Cinco meses que eu tô fora, né?

S2 – Mais ou menos isso aí.

Sujeito 6 – Cinco meses.

Coordenador – Tá trabalhando durante o dia agora, é isso?

Sujeito 6 – Não eu não faço nada.

Risos

S1 – Tá afastada.

S5 – Tá de licença.

S1 – Tá de licença.

Sujeito 6 – Agora eu tô só de licença mesmo. Estou repousando. Mas é horrível, viu? A troca de horário, né? Porque na verdade o pessoal fala “ah você tem insônia”, não é insônia é uma troca de horário porque eu durmo bem de manhã. Durmo que é uma maravilha. Se deixar eu ...

Coordenador – Não é a falta do sono, né?

Sujeito 6 – Não, é troca de horário mesmo que a gente faz, é a troca de horário. Isso aí.

S3 – Tchau Tânia.

Coordenador – Obrigado.

S1 – Eu tive muita dificuldade quando meu filho começou a trazer lição pra casa. Ele tem só seis anos mas quando ele entrou no Jardim 2 ele começou: “pinte não sei o quê”, essas coisas. Aí ele começou a aprender a letra. Ele trocava, não lembro mais que letra que ele trocava. Ah o D e o B, e eu falava “V”, sem dormir, eu sentava na mesa porque meu marido não tem um pingo de paciência e eu também não, mas eu me controlo mais que meu marido. Aí eu acabava de explicar pra ele, era B de bola e ele “D”. Um dia eu falei assim: “puta moleque burro! Eu tô falando pra você que é isso. Você é burro! Eu vou dar um croque na sua cabeça se você não falar direito da próxima vez.” Olha o que eu tava fazendo, ele tinha medo de fazer lição comigo. Dias depois ele errou de novo e eu desci um croque na cabeça dele.

S2 – Coitado...

S1 – “Burro! Você é burro, eu vou tirar você da escola”, olha o que eu fiz com ele. Aí ele olhou pra minha cara e fez assim: “quero meu pai”, segurando o choro, sabe? Gente aquilo pra mim foi horrível, aí eu falei “ai desculpa”, aí eu já comecei chorar porque você fica sem

dormir você fica sensível, aí eu ficava assim: “é porque a mãe trabalhou à noite nenê, a mãe não queria fazer isso”. Aí que ele é a vítima: “ah, mas a senhora fez, ai, ai, ai.” (risos). Aí eu combinei com a professora assim: quando eu estivesse pós-plantão eu não iria mandar a lição, eu ia mandar junto com a do outro dia, porque eu ficava irritada mesmo de tá sem dormir, não tinha paciência, porque eu não sou assim, jamais. Eu nunca bato no meu filho. Eu jamais ia chamar o meu filho de burro, não sei até hoje o que deu na minha cabeça, mas você acha? Que absurdo fazer isso com uma criança: “seu burro! Eu vou tirar você da escola. Eu pago cento e cinquenta reais de escola pra você não entender”, falar isso pra uma criança? E ele devia ter o que uns quatro anos, por aí, quatro anos e meio. É um absurdo, né? Sabendo que eu tava errada, sabendo que eu ia me arrepender, sabendo de tudo: que eu tava cansada, que eu tava sem paciência, e o coitadinho que ... E até hoje é assim: lição e casa ele nunca faz quando eu tô pós-plantão.

Coordenador – Que no pós-plantão que dá a irritação.

S1 – Que eu tô irritada. Então ele só faz lição... por exemplo amanhã ele não vai fazer lição, se tivesse aula, se tivesse lição pra ele fazer. Porque às vezes vem pro fim de semana, eu ia deixar pra fazer na segunda-feira, antes dele ir pra escola.

Coordenador – Que você sabe que tá mais calma.

S1 – E a professora achou super esquisito. Eu falei pra ela: “não vou mandar no dia que eu tiver trabalhado à noite porque eu fico nervosa com o V”, ela olhou e fez assim: “hehehe, tá bom”, sabe aquela cara de quem não entendeu nada?

S5 – Não entendeu, ela tava perdida: “tá, você falou...”

S1 – Não dá, eu fico muito... a gente não tem paciência, a gente quer fazer as coisas... a gente acha que é obrigação de todo mundo...

S2 – Tudo é pra ontem, né?

S1 – É. Tudo é pra ontem, e tudo tem que dar certo porque você tá cansada, você tem que fazer tudo logo.

S2 – Você quer aproveitar, qualquer instante que você vai perder ali você acha que perdeu um tempão pra descansar ...

S3 – Como que eu tava falando de domingo, se eu não descanso, um pouquinho que seja aí eu fico irritado, mas aí quando você tá dormindo, você quer acordar porque “se eu dormir bastante eu vou perder o dia, não quero perder”, quero aproveitar o dia “tá de noite, não quero aproveitar o dia pra descansar”, porque se você estuda de manhã aí à tarde eu saio com elas pra passear um pouquinho, dar uma volta. Quando minha esposa deixa eu dormir até mais tarde, porque normalmente eu vou dormir nove e meia, dez horas, dá onze horas meio-dia tô acordando, mas se eu acordo só uma e meia, duas horas da tarde eu acordo mais irritado do que se não tivesse dormido.

S5 – Você fala que você perdeu...

S3 – Porque assim: me estragou porque eu não vou sair, vou almoçar, que aí eu gosto de sentar um pouquinho, não tem nada na televisão, aí você já perde o dia. Então eu não gosto, prefiro meio-dia, que aí eu fico legal.

S4 – Como se você trabalhasse à noite e tivesse que aproveitar...

S3 – Que nem eu falei quando a Tânia chegou: de domingo eu me transformo, chego onze e meia, acordo e aí eu já coloco o bermudão, ligo o rádio no último volume e já fico lá, espero o almoço, uma e meia duas horas da tarde.

S1 – “Hoje eu sou normal, hoje eu sou normal”.

S3 – Como você falou: “hoje eu sou normal, hoje eu sou normal”, é legal aí fica ... mais agora que não trabalha de domingo, ptuz melhor ainda... Quando trabalhava de domingo era como se fosse meio de semana: horrível, chegava no domingo uma hora da tarde mau humor: “tem que trabalhar hoje”. Aí você vai cochilar, como você disse que não cochila, eu não, eu antes .. aí você acorda às cinco horas tarde assim e tem que vir trabalhar, porque você tem que vir mais cedo porque não tem ônibus, de domingo já é menos, imagina de domingo à tarde, final da noite, já é pior ainda, aí você tem que sair mais cedo pra vir pra cá pra não chegar tarde.

S1 – E quando você pega folga que chove a folga inteira, quando você pega três dias seguidos

e chove os três dias. Na terça-feira que você tem que vir trabalhar maior sol!

S3 – Aquele sol.

S1 – Ai que ódio!

S3 – É a gente fica irritado, no dia da folga a gente quer aproveitar: “eu tô de folga quero aproveitar”.

Coordenador – Parece que tem assim alguma coisa de compensar.

S3 – Isso!

Coordenador – Um desejo talvez de compensar aquela...

S3 – A perda do sono, que você tá perdendo o sono você quer ... isso!

S1 – Ontem eu tava pós-plantão aí eu fiquei o dia inteiro indo ver casa fazendo um monte de coisa então eu não dormi.

...

S1 – Aí eu fiquei sem dormir, aí tive que vir aqui buscar minha irmã, só sei que eu cheguei em casa onze horas da noite e eu não jantei porque quando eu tô sem dormir se eu comer eu vomito, eu vou até marcar um gastro porque quando eu tô muito cansada e vou comer eu vomito, aí não comi e fui colocar comida pro meu cunhado, que eu tenho um cunhadinho de quatro anos, minha sogra falou: “vai colocar comida pra ele”, era umas nove horas da noite. Eu olhei pra cara dele e falei assim: “você quer arroz, ‘fedão’ e macarrão?” aí ele olhou pra minha cara e falou: “tu tá loca?”, e eu falei “porque?”, “‘fedão’?” e eu “é, ‘fedão’”, e eu tô falando e não tô percebendo que eu tava falando “fedão”. Aí minha sogra: “pelo amor de Deus, vai dormir” (risos). Falando errado, você acha? E sem perceber. Parece que a língua tá pesando três quilos assim. E meu cunhadinho de quatro anos tirando sarro da minha cara, me deu uma vontade de xingar ele, “olha que moleque desaforado!”.

S2 – Eu não sei se vocês têm esse problema: às vezes você tá assim sentado em casa vendo televisão, ou até mesmo deitado, você fecha os olhos e parece que você tá em outro lugar,

você não tá dormindo, não tá sonhando, pior que fica assim um...

S4 – Tá alucinando (risos)...

S3 – Tá alucinando já, é...

S2 – Não parece que você tá assim .... às vezes eu venho no metrô assim parece tô sozinho na cadeira, quando eu olho tem alguém sentado do meu lado.

S1 – Acontece isso comigo.

S2 – Acontece isso com você também? Uma alteração...

S5 – Eu por exemplo quando eu saio daqui que eu tô cansadíssima, dez minutos de metrô que eu pego, entre uma estação e outra parece que eu dormi meia hora, quarenta minutos, eu abro assim: “nossa, tô na Praça da Árvore ainda” (risos), e parece que eu dormi assim um período assim enorme, aí depois desce no metrô também assim, vai pra casa se arrastando.

Coordenador – Parece que você dormiu ou você cochilou?

S5 – Não. Eu dou uma cochiladinha, mas parece que eu dormi tipo meia hora, quarenta minutos, e é de uma estação pra outra.

Coordenador – Ah, é uma cochilada...

S4 – É um minuto que parece uma eternidade, é realmente dessa forma mesmo. Quando a gente tá com muito sono que é incontrolável...

S5 – Os minutos são tão preciosos...

S4 – Que segundos que você te sensação que foi uma eternidade, você saiu de si. Eu vi um dia um paciente entrando na recepção, é duma distância de cinco metros, eu vi ele entrando, mas quando eu vi ele tava perto de mim. É como se eu tivesse dormido uma eternidade naquele... entendeu? Alguns passos e parece que foi uma eternidade. Isso é quando a gente tá devagar mesmo, que já tá alucinando, já tá vendo estrelinha (risos)...

Coordenador – Aí nesse caso, não é que você cochilou, você não cochilou você o viu ele

entrando, mas teve a impressão que demorou.

S4 – Você dá uma ... você sai, dá uma apagada...

Coordenador – Parece que dá uma....

S4 – Isso... você fez assim...

S1 – É, a gente costuma falar que é quando tá zureta.

Coordenador – O tempo tem uma dimensão diferente...

S4 – Isso. Você saiu da consciência...

S5– É que a piscada demorou um pouquinho mais...

S1 – Tá zureta, não tá vendo mais nada.

S4 – Saiu da consciência, é rápido.

S1 – O que acontece muito comigo é assim de eu cochilar, por exemplo, aqui quando a gente tá revezando, né? E eu perceber que eu tô demorando pra pegar no sono e eu sei o tempo que eu tenho pra dormir, que é uma hora e meia no máximo. Daí eu fico pensando assim: “que droga! Eu tô demorando pra dormir e não vou dormir nada”, aí eu viro prum lado e viro pro outro, aí eu acho que eu sonho que eu tô reclamando que eu não tô dormindo, aconteceu até esses dias, eu acordei só que eu tava sonhando que eu tava dormindo no consultório lá em baixo e eu tava dormindo aqui, aí eu acordei e vi que eu tava aqui, e eu falei: “ah, eu tô dormindo”, aí eu dormi. Olha que engraçado. Eu dormi, aí eu dormi, aí o desagradável do S2, que é sempre ele que me chama, me chamou...

...

S1 – Mas é engraçado isso porque parece que você tá dormindo mas a sua mente tá, sabe? Não sei. Parece que você tá dormindo, mas a sua mente tá ligada ainda, parece que é uma maquininha que não pára. Eu escuto...

Coordenador – Nessa situação que você contou, você tava dormindo, só que você...

S1 – Com certeza. Não eu não estava dormindo...

Coordenador – Ah, não estava...

S1 – Eu fiquei virando de um lado pro outro, né? Aí já sai aquele monte de palavrão na minha mente .... aí eu procuro... viro de bruços, que eu durmo de bruços, enfiei a cara no travesseiro com tudo e falei: “agora eu vou dormir”. Aí eu dormi, só que eu tava sonhando que eu não estava conseguindo dormir, aí no sonho que eu sentei, eu sentei aqui e vi que eu tava nessa salinha daqui dormindo e eu estava sonhando que eu tava no consultório lá em baixo, quer dizer, eu dormi, mas eu tava sonhando. E aí quando acontece isso eu acordo muito mal porque a sensação de que não dormiu, mesmo que você dormiu um pouquinho, aí quando eu sentei aqui que eu vi que eu tava sonhando na verdade eu relaxei e dormi, aí apaguei. É muito psicológico, eu acho, eu acho assim que o ser humano tem como controlar tudo, não é fácil, lógico. Você tem autocontrole, você sabe o que você deve fazer pra relaxar, o que você deve fazer pra se acalmar, o que você deve fazer na hora que você tá irritada, eu acho que trabalhar à noite você aprende a lidar com isso. Eu pelo menos aprendi. No começo eu brigava com o marido, xingava com o filho, olhava de cara feia pros outros, agora não, entendeu? Às vezes eu tenho vontade mas eu me controlo.

Coordenador – Você acha que agora você tem um maior autocontrole? Em comparação de quando você começou?

S1 – Isso. Então eu acho que é muito psicológico também, eu acho que se você tenta se controlar é melhor. Claro que nem isso que eu tenho de quando eu fico muito tempo sem dormir de comer e vomitar, eu vou procurar um gastro porque eu devo tá com algum problema no estômago e aí não, aí já é... Mas assim tem muitas coisas que nem o mau humor mesmo, o mau humor você tem que controlar. Se você for explodir por tudo que... Como a gente tava falando um sapato que tiver... eu uma vez louca, eu comecei a trabalhar eu tropecei num chinelo do meu marido eu catei o chinelo e joguei longe e falei: “você deixa essa porra no meio do caminho, porque que deixa aqui?”. Hoje em dia não, eu tenho mania assim, até hoje que é manias que a gente tem...

...

S1 – Então eu faço assim: eu deixo assim no canto. Eu tenho as minhas manias, mas são manias que eu tenho desde antes de trabalhar à noite, mas eu me controlo porque se a gente for deixar explodir tudo que você quer, uma visita que chegar que eu tô pós-plantão eu vou falar: “pô vai embora que eu tô com sono e vou dormir”, entendeu? E você não pode fazer isso.

Coordenador – Me pareceu assim que ter consciência da alteração que o sono ou a falta de dormir o suficiente causa é importante pra isso, né? Essa consciência de saber que você tá reagindo diferente, ou tá com pré-disposição a reagir diferente.

S1 – Que nem isso de eu fazer esse controle de ir pra faculdade de manhã, almoçar, lavar a louça, fico um pouquinho com o meu filho, três horas eu durmo das três às cinco, pra poder dormir à noite. Depois que eu comecei a fazer isso, eu acho que eu fiquei bem mais calma, entendeu? Eu consegui controlar mais o meu sono, não me sinto tão mal que do eu tô pós-plantão, porque eu prefiro dormir à noite, eu acho que à noite descansa mais, então eu prefiro dormir à noite. Enquanto à essa irritabilidade, tudo bem, se alguém for muito grosso, me fizer uma coisa muito, aí tudo bem, mas essas pequenas coisas do dia a dia, eu que sou diferente, a gente costuma muito seguir o que a sociedade impõe qual é o certo? Dormir à noite, trabalhar de dia. Eu acho que é a minoria que trabalha à noite, não sei. Então eu acho assim: ninguém é obrigado a me agüentar porque eu tô cansada, porque eu trabalhei à noite. Às vezes eu vejo mesmo minhas irmãs chegam oito horas da noite, elas passam em casa: “ah, fica aí um pouquinho”, “não que eu tô cansada, que não sei o quê”. Mas nesses dias eu falei pra minha irmã: “ah sua chata, você nunca fica lá”, “ah eu tô cansada”. Quer dizer é aquela hora que ela tá cansada. Eu já não tava mais cansada naquela hora. Então você tem que ir adaptando tudo isso. Mas é estranho. Quando eu pego férias, por exemplo, eu vou normalmente pro Rio Grande do Sul, a primeira semana eu durmo demais, porque eu tenho mania, pelo menos uma vez por mês eu tiro um dia pra dormir. Aí eu durmo o dia inteiro e durmo a noite inteira, eu falo: “hoje eu vou me acabar”, acordo com dor nas costas. Não normalmente na folga eu faço isso: acordo co dor nas costas, dor de cabeça, porque dormiu demais. Mas nas férias eu durmo bastante no começo, depois eu fico... que nem a Tânia falou que até hoje fica acordada de madrugada, eu não. Nas minhas férias a primeira semana eu fico meia sonolenta durante o dia, depois não, eu fico o dia inteiro acordada e durmo à noite. Eu não sei se ainda eu não

acostumei totalmente à trabalhar à noite mas eu tenho a maior facilidade de ficar acordada de dia e dormir à noite. Aí eu fico uns trinta, vinte dias de férias, que eu tiro, que normalmente eu lá fico vinte dias, eu fico os vinte dias acordada de dia e dormindo à noite. Quando eu volto à trabalhar, meu Deus, o primeiro mês é terrível. Muita sonolência, de eu tá conversando com o meu marido e não tá prestando atenção no que ele tá falando. De começar a assistir um filme e dormir e não ver o final do filme. Então tem tudo isso, se a gente parar pra pensar tem um monte de coisas que você vai se adaptando. Na folga mesmo, que a gente fica três dias, no sábado eu não durmo essas duas horas durante o dia porque eu vou dormir à noite, eu sei que no domingo eu vou estar de folga de novo, aí eu durmo do sábado pro domingo a noite inteira, aí no domingo de dia eu fico acordada, normal. Aí no domingo à noite eu fico acordada de novo, porque eu não tô acostumada a dormir antes de ir trabalhar. Então eu fico acordada domingo, domingo à noite aí eu vou dormir três, quatro horas da manhã. Aí na segunda-feira eu durmo um pouquinho só de dia, pra dormir à noite, porque são três dias de folga, pra tentar já entrar no ritmo pra na terça-feira continuar naquele ritmo, isso pra controlar o sono só.

Coordenador – Quando que calha três dias, eu não entendi.

S1 – A gente trabalha assim: terça, quinta e sábado, segunda, quarta e sexta. Porque dá noite sim, noite não. Aí na sexta a gente trabalha e fica sábado, domingo e segunda.

Coordenador – Que dizer, quando trabalha sexta-feira à noite...

S1 – Fica sábado, domingo e segunda.

Coordenador – Pega a noite e sai no sábado de manhã e fica sábado o dia todo, o domingo o dia todo...

S1 – Aí no sábado eu não durmo.

S2 – Só volta na terça.

Coordenador – Aí só volta na terça. Ah tá.

S1 – Aí do sábado pro domingo eu durmo a noite inteira, aí do domingo pra segunda eu fico o dia e a noite inteira acordada, aí na segunda-feira eu já vou, mesmo que eu estiver sem sono,

eu já vou dormir um pouquinho à tarde, pouquinho coisa, pra noite eu dormir à noite e pra na terça-feira eu já tá acostumada. Só que assim, eu nunca sei a hora que eu vou dormir porque eu não olho no relógio.

S5 – Eu acho que esse negócio de olhar no relógio é a pior porque você fica assim: você abre de novo e fala “já passou cinco minutos e eu não tô dormindo ainda”, “já passou mais dez e eu não tô dormindo ainda”, aí fica aquela coisa e perde tanto tempo maquinando “eu não tô dormindo”, ao invés de relaxar e desligar tudo, que eu acho que é cruel.

Coordenador – Parece que isso dá uma tensão, né?

S5 – Você fica ...

S1 – Uma vez eu fiz um paciente que trouxe um relógio, porque ele não dormia sem relógio, e eu observando ele acordava pra ver as horas pra ficar somando quanto tempo ele dormia. De manhã eu falei pra ele: “por isso que o senhor não dorme, o senhor fica preocupado olhando a hora, deita e dorme”, ele deu risada, mas é verdade, você fica... tem todas essas complicações mas eu gosto de trabalhar à noite você tem o dia inteiro livre, mesmo que você tá cansado, você dorme um pouquinho depois tá bem de novo, tem que ir de banco, vai no banco; tem que ir no mercado, o mercado tá vazio.

Coordenador – Encontra todo o tipo de instituição e organização aberta durante o dia.

S1 – Que nem esse negócio da casa, tive que ir no cartório, tive que ir ver a escritura da casa, coisas que se normalmente eu trabalhasse durante o dia, eu ia ter que fazer tudo isso no sábado de manhã, isso se eu não trabalhasse no sábado também. Então você acaba ... Que nem lá na faculdade eu uso a biblioteca, se eu quiser o dia inteiro, fico lá no laboratório de anatomia o dia inteiro estudando. Eu acho que você acaba tendo mais tempo do que da pessoa que trabalha durante o dia.

S5 – Eu falo que até você costuma aproveitar mais, assim, coisa boba: o sol... que nem no outro emprego eu trabalhava entrava às sete da hora da manhã, nunca saía antes das seis, então eu não pegava o sol lá falando oi, nem o sol falando tchau.

S1 – Nisso eu sou diferente dela: eu detesto o sol.

S5 – Não eu não gosto de ficar no sol...

S1 – Eu fujo.

S5 – Você vê assim o dia é diferente, por exemplo você vai estender a roupa, você sabe que você tá lá pondo a roupa vai secar rapidinho, essas coisas eu acho.

S1 – Eu sou uma pessoa assim... que nem no caso estender a roupa: eu estendo rápido porque me irrita aquela claridade do dia. Eu fico dentro de casa, eu não gosto de claridade. Não é que eu não gosto, me incomoda. Meu olho fica ardendo, mesmo quando eu não tô sem dormir. Eu acho que me incomoda, sabe?

Coordenador – Já incomodava antes de começar a trabalhar nesse horário?

S1 – Não. Isso foi depois de... Que nem no plantão passado tava eu, a D e a D e a gente abriu essa porta aqui em baixo, saiu na rua e as três “nossa! Sangue no zóio”, porque a gente falou que fica com o olho vermelho, “ai pelo amor de Deus” e eu “ai, eu esqueci meu óculos escuro, eu vou assim...”. e pós-plantão é impossível ficar olhando assim na claridade do dia, pelo menos pra mim.

S5 – É, logo que você sai ...

S1 – Aí não dá.

S5 – Parece que tá enfiando algo nos seus olhos.

S1 – Porque a gente fica no escuro, aqui à noite. Agora, quando eu não tô pós-plantão não é que eu não fico na luz do dia, às vezes eu até tomo... vou no quintal, fico no sol um pouco porque precisa, mas assim não porque ... se não precisasse eu não ficaria não, me incomoda a luz do dia. A minha sogra ainda fala, esses dias eu até dei risada porque quando eu tô sozinha em casa eu deixo a luz apagada quando tá de dia, e a minha casa não tem uma iluminação tão boa assim pra eu deixar a luz apagada, só que eu já acostumei de ficar com aquela casa com aquele meio escuro, eu prefiro, sabe? Aí minha sogra esses dias virou pra mim esses dias virou pra mim e falou: “nossa, tu é econômica, né?”

S5 – Na penumbra... (risos)

S1 – “deve vir pouquinho de luz”. Ai eu falei: “ai Terezinha, eu tenho mania”, e realmente já tava no finalzinho da tarde. É que eu acostumei, eu gosto de ficar ...

Coordenador – Com menos luz, né? Com mais penumbra.

...

S1 – Então eu prefiro. Claro que se for limpar a casa, se eu tiver fazendo almoço... não minto, nem almoço eu faço com a luz acesa, é tudo no escuro. Mas se eu estiver limpando a casa ou ... só limpando a casa (risos)

S5 – Só limpando a casa que é pra enxergar melhor o chão...

S1 – Aí eu deixo a luz acesa pra enxergar a sujeira, né? Que eu tenho que limpar, mas o resto ... não no escuro, com um a luz, a claridade do dia.

Coordenador – A claridade que vem, sem acender a luz, né?

S1 – Até assim, por exemplo, quando tá pegando sol na janela da sala, eu fecho a cortina, sempre sem perceber. É que agora a gente falando de luz assim que eu ...

S5 – Pára pra lembrar tudo.

S1 – Se você pára pra pensar aí você vê a que você realmente não gosta da luz do dia, hoje mesmo tava pegando sol na janela e eu fechei a cortina pra não ficar tão claro dentro de casa, é engraçado.

Coordenador – Vocês também sentem assim?

S2 – É, mas isso eu acho é devido à gente ficar o maior tempo acordado durante à noite, quando a gente vai pra casa quer dormir, e o dia tá muito claro, a gente tem essa mania mesmo de fechar a persiana e ficar do lado que o sol tá menos, se o reflexo tá pra lá, você quer ficar do lado de cá.

S5 – Eu acho que só quando você precisa mesmo. Eu pelo menos sou assim. Agora eu preciso tá desperta eu abro tudo, tudo que eu puder abrir pra iluminar, pra me obrigar a ficar acordada,

aí ligo o som, pra mim acordar também, senão...

S1 – Eu não, barulho eu já não... tolerância zero...

S5 – Eu preciso de barulho, eu preciso de movimento, eu preciso de luz senão...

Coordenador – Pra poder ficar bem acordada.

S5 – Pra poder ficar bem acordada, senão eu ...

S1 – Eu escuto rádio em casa, mas que nem o S3 fala: “ah no último volume”, não. Até pode ser um pouquinho alto, mas muito alto me irrita. Que nem pra dirigir, eu sou super calma no trânsito, mas uma coisa que me irrita, profundamente, que eu só não faço um gestinho obscuro porque eu tenho medo de um doido tá armado, é você tá à noite dirigindo e o farol daquele infeliz tá batendo no retrovisor, e aquilo vai me ... dá uma dor no meu olho, aí eu viro o negocinho do retrovisor. Só que me irrita e eu fico olhando e toda hora eu volto pra ver se ele já, sabe? Aí na hora que ele passa do meu lado eu falo: “tá cego?” (risos), toda vez eu faço isso. Me irrita, sabe farol muito alto.

S5 – É a coisa da claridade...

S1 – Mas eu falo: “tá cego?”

Coordenador – Gente eu acho que hoje nós começamos um pouquinho mais tarde, mas também acho que já deu pra gente ter uma continuidade. Inclusive também tem algumas pessoas que precisaram sair e atender os pacientes.

S1 – É porque tá sem ninguém hoje.

Coordenador – Tá. Então eu acho que tá bom.

4ª Sessão - 02/10/2004.

S5: (...). Falam a respeito do ganho de peso, principalmente no início do trabalho a noite.

S3: (...).

S2: (...).

S4: (...).

Coord: Como é que é isso de não ter o mesmo ritmo?

S4: ... não ter o mesmo ritmo.

S3: (...).

S4: (...) diferença maior é orgânica.

S3: (...) depois passa.

S5:(...).

S3: Força de vontade.

S5: (...) engordei 2kg e meio (...).

S3: Deixa passar (...) começa a estabilizar (...).

S5: (...).

S3: (...) para ganhar 2 kg, mas para perder (...). fiz um mês a receita certinha do endócrino e (...) perdi 300g (...).

S4: O que vale não é a receita dele é a tua (...). ( refere-se a força de vontade que a pessoa tem que ter para emagrecer)

S3: (...).

S5: (...).

S3: Fiz certinho.

Coord: Parece que o resultado não foi estimulante.

S3: (...).

S2: (...).

S3: (...) obrigado (...).

S5: (...).

Coord: (...) espero que vocês não se sintam obrigados a participar da reunião.

S5: Não.

S3: Não.

Coord: (...) alguns pontos que apareceram (...). Também procurei ver alguma coisa que achei que não foi bem explorado (...) Um ponto que me chamou a atenção é que tem um integrante do grupo, a S6 (...) ela fez parte do grupo e a ausência dela não foi trazida, discutida e isso me chamou a atenção (...) a vez passada (...) O C. não estava (...) a sensação de que estavam se repetindo (...) a não continuidade do trabalho.(Devolutiva sobre o processo pelo qual vem passando o grupo no decorrer do trabalho)

S2: (...) Da não continuidade, não foi essa a nossa intenção (...) a S6 (...) é a opinião pessoal dela (...).

S3: A S6 (...) ficou em aberto, quer participar (...) ficou entre nós (...) por isso que ninguém (...)pra nós não falarmos agora e daqui 15 dias (...) fica repetitivo (...) hoje (...) ah engordei mais (...) exploramos um ponto que não tinha sido explorado (...).

Coord: (...) S6 (...) talvez falar da ausência (...) sensação de não fazer tão parte do grupo (...) vocês 4 formam (...) vínculo(...).

S4: (...) se nós estamos aqui neste 1º andar a tendência é ter maior convivência (...) no nosso grupo temos esse vínculo de conhecimento (...) N chegou a propor um rodízio (...).

Coord: (...).

S4: (...) as vezes (...) o novo para a outra pessoa (...) o que nós relatamos em todo momento foi em relação a nós aqui (...), talvez essa dificuldade da S6 não querer vir.

Coord: (...).

S4: (...) ela mesma falou " eu não quero participar"(...).

Coord:(...) O medo do próprio trabalho de grupo.

S4: Funcionário noturno (...) tendência a se isolar (...).

S3: (...) depende (...).

S4: (...) se falar a partir de segunda- feira você vai trabalhar (...).

S3: Tudo bem (...).

S4: (...).

S3: (...) Eu não consigo ficar sozinho (...) Sozinho me sinto uma ilha (...).

S4: Não aguenta ficar ilhado.

S3: (...) Não gosto de ficar sozinho.

S5: Eu também, sozinha não gosto não(...) De noite pior ainda.

S3: (...)Eu trabalhar sozinha, não(...).

S4: (...).

S3: Dois já é um grupo.

S2: É(...).

S5: (...).

S3: (...) qualquer lugar que você for a primeira vez (...).

S5: (...).

S3: (...) primeira vez que você for em um lugar fica perdido.

S4: (...).

S3: (...) se sente diferente.

S4:(...).

S2: Aí é onde entra a adaptação (...) ele deu um foco legal(...) hoje senti um pouco de culpa (...). Hoje tinha um casamento (...) sempre você tá dividido (...) as vezes não dá pra conciliar o tempo (...). Até pra você mesmo você deve.

S5: (...) antes meu marido trabalhava a noite (...) agora vejo ele de domingo (...) falo mais com ele por telefone(...).

S2: Uma das coisas que o Arilson falou (...) da percepção (...) às vezes as coisas não tá interessante pra você, você já fecha os olhos (...).

Coord: (...) tá fazendo aula de computação? (...).

S2: (...) preparação para um concurso (...).

S5: Quem trabalha sempre a noite, os minutos são preciosíssimos (...).

S2: A professora pediu um (...) de como você administra sua vida (...), professora um minuto pra mim é preciosíssimo (...).

S3: (...) quem tá com 20, 30 anos, beleza (...) quem tá com 40 (...) problemas de internação (...) Isso é stress (...).

S4: (...).

(Falam dos ganhos e perdas, satisfação e culpa presentes em quem trabalha à noite.)

S3: (...).

S4: Se fizesse isso contra a própria vontade.

S3: Não é contra a própria vontade (...) mas que vai sentir isso com a idade, vai(...).

S5: (...).

S3: (...) se você tá ganhando uma coisa, ótimo (...) mas você tá perdendo em saúde(...) precisa de dinheiro (...).

S5: (...) chega uma hora que você não se reconhece(...) nossa, eu tô assim, uma pilha de nervo.

S2:(...) Mas as vezes você se sente bem, ah eu tô tranqüilo e quem tá do outro lado é que paga o pato.

S3: (...).

S5: (...)

Coord: Vocês estão supondo, ou as pessoas que trabalham com vocês já falaram?

S2: Já (...) época que a pessoa falava A e eu falava o abecedário.

S2: (...) trocar o sapato do meu filho (...) meu, que nervosismo é esse? (...) (Referindo-se a sua falta de paciência com o filho no momento de amarrar o cadarço do sapato dele, ocasião na qual sua esposa lhe chamou a atenção mostrando-lhe a forma como falou com a criança).

S3: (...).

S5: (...).

S2:(...).

S3: Na fila do ônibus (...) fica irritado (...).

Coord:(...) por causa do trabalho noturno (...) outros fatores?

S3: (...) 60, 70 % é a privação do sono (...) tenho 10 contas para pagar (...) chega em pleno dia 20 (...) fila do auto atendimento e tem 10 pessoas (...).

S4: (...) eu fiz o exame de um paciente, ele era tão estressado (...) foi dormir na amazônia, mas lá tinha um sapo (...) ,isso também incomodava (...).

S3: Aí é o nível de stress.

S4: (...) O nível de stress e adaptar o seu stress.

S5: (...) quem trabalha a noite, a sensibilidade é maior.

S3: Tá vendo a tecnologia (...)

Coord: (...) a respeito de pessoas (...) pessoa que morreu (...).

S3: Choca (...).

Falam a respeito das consequências físicas e emocionais enfrentadas por quem trabalha a noite e das expectativas quanto as consequências futuras.

S4: (...) como já ficou nítido que trabalhar a noite provoca um desgaste (...) como ameaça.

S3: Calma aí, calma, não é bem assim (...) no caso que foi da ... (...) Já conhecem a vida dela.

Você sabe que tem essas privações, todo mundo sabe (...) ela tinha 40 e poucos anos (...) O trabalho a noite é estressante (...) O que podemos fazer para amenizar isso (...). Eu tava em 2 empregos (...) estava perdendo a minha família (...) saí e fiquei aqui (...) saúde, deu esse problema (...) tem que parar pra pensar, isso é pra cada um, cada um tem seu estalo (...) é traumatizante (...) a gente fica muito triste (...).

S5: Vai muito acho que da resistência de cada um (...) Eu não tenho essa resistência (...) Cada um tem essa resistência, seu ritmo (...). Essa questão da Neusa serve pra gente pensar (...).

Coord: Vocês sabem qual foi o problema?

S3: Deu aneurisma (...). Tem um outro colega nosso (...) eu também tenho 40 anos (...).

S5: (...) acontece com todo mundo (...) mas como é com uma pessoa que trabalha com você, na mesma área (...) você associa.

Coord: (...) tem um nível de identificação (...) a gente se espelha no outro.

S3: (...) O descansar de quem trabalha a noite é diferente (...).

S5: (...) não é a mesma coisa.

S3: (...) quem trabalha a noite (...) vai ter 15 vezes mais chances (...). Tava em dois empregos (...).

Coord: (...) Falando da consciência dessa problemática, mas também da forma de como lidar com isso(...).

S4: Se você escolheu por isso, melhor escolher formas de como lidar com as consequências (...).

S2:(...) uma das coisas que atrapalha muito (...) se você se adapta no sentido de dizer assim, dormir das 8 da manhã às (...).

S5: (...) minha avó fala, você não vai dormindo, vai acumulando (...).

Coord: (...) no dia tem mais atividades (...)

S2: O ideal seria fazer assim, fazer uma praça pra quem trabalha de dia e outra pra quem trabalha a noite.

S5:(...).

G: Lança as perguntas aí Arilson(...).

S3: (...).

S4: Lê o último (...). ( Referindo-se a transcrição da última reunião )

Coord: (...) seria da pessoa que não veio participar do grupo (...) impressão em algum

momento (...) de estar solicitando coisas (...)

S4: (...) relatar das coisas pessoais é difícil (...) pode ser que seja uma grande fuga.

Coord: (...).

S4: (...).

Coord:(...) incomoda falar pessoalmente?

S3: É que tem gente que não gosta de falar (...) ( Referindo-se ao fato de que algumas pessoas sentem dificuldade de expor aspectos emocionais de suas vidas na presença de outras).

S2: (...) naquele dia que você veio tava com menos pessoas (...) voce imaginou que a gente não tava mais afim de falar com você (...), eu tô disposto a falar quantas vezes for necessário.

S3: (...).

Coord: Aquele dia foi muito diferente, até nós chegamos atrasados (...).

S5: Tem a impressão(...) participei de 2 reuniões, já falei de tudo, não tem mais nada (...), não que não quero participar da reunião.

Coord: (...) Falaram tudo, ou que podia ser falado?

S2: (...).

Coord: Será que não é esse fator que incomoda, deixar em aberto (...).

S4: (...).

Coord: (...) quando tenho impressão preciso falar pra vocês pra ver se é ou não (...). De repente a gente vai se mostrar um pouco mais (...) isso amedronta.

S5: (...) questão de amedrontar, acho que não (...).

S2: (...) não percebo essa questão de amedrontar (...), ter uma direção (...). Mas se por exemplo, se você tivesse uma pergunta mais direta você tirava mais proveito da situação.

S5: (...) chega uma hora que todo mundo acha que já falou tudo (...).

S3: (...).

Coord: (...) Impressão de que vocês não falaram tudo (...).

S3: Mais uma sugestão (...) quem trabalha de dia sempre tem curiosidade de saber como é com quem trabalha a noite (...) mas pode ter um outro ponto (...) se deu essa impressão de que tá faltando alguma coisa é que deu um vazio no pensamento (...) que ponto (...) não foi explorado.

Coord: (...) nossa pesquisa (...) método (...) uma visão psicanalítica (...) começou com o método da associação livre (...) deixar a pessoa livre (...).

S5: (...) o ruim é que é assim (...) sem ter o questionamento, pra nós acabou (...) questionando talvez a gente falasse ah (...).

S3: (...).

Coord: (...) pra nós é importante aquilo que vem espontaneamente (...).

S4: (...) não é um trabalho de psicólogo (...).

Coord: (...) é um trabalho de psicólogo sim (...).

S3: (...) O trabalhador noturno sente mais uma falta, uma doença (...).

S5: (...) se não tivesse acontecido nada, a gente teria chegado aqui e pensado, a gente vai falar sobre o que (...).

Coord: (...) a vida não pára(...) vocês nunca vão ser o mesmo grupo (...) não vejo essa repetição (...).

S5: (...) agora se você pensar assim, ah não tenho nada pra falar (...).

Coord: (...) colocar uma pergunta pra vocês (...) gente tinha programado 5 reuniões (...), diante desse quadro, queria saber se marca essa quinta reunião ou (...).

S3: Eu sou a favor de marcar (...) como é a última, faz um apanhado geral (...) o que podemos fazer (...) direcionado a um ponto pra fechar o raciocínio da pesquisa (...).

S5: (...) pedaço do novelo (...).

Coord: (...).

S4: (...) acho interessante (...) poderia ter mais, mas tudo bem (...).

S5: (...) o que conseguiu ser assimilado (...).

Coord: (...) nesse momento não vai ser possível (...), nesse momento não vai ter condições de fazer essa análise (...).

S5: (...) a gente tem curiosidade de saber (...) o que foi falado desde a primeira reunião.

Coord: (...).

S3: (...).

S2: (...) Quem sabe uma dessas muitas coisas que você ache que tem pra falar (...).

Coord: (...) vai sair do propósito (...) buscar o que tá faltando exatamente, vai sair do nosso método (...), devolvo a pergunta pra vocês (...) puxa isso eu não falei.

S3: (...).

Coord: (...) o fundamental (...).

S5: O espontâneo é a base da pesquisa.

Coord: (...) tudo isso é extremamente proveitoso (...).

Coordenador – Então eu, da última reunião, eu fiz um apanhado geral pra passar pra vocês. Então vou começar dando uma visão geral da reunião passada, que pode ser um disparador, vamos dizer, da reunião de hoje. A semana passada a reunião começou falando da questão de ganhar peso, referente ao trabalho de vocês. Depois foi falado um pouco da questão do grupo, do vínculo das pessoas, que tinham tido a percepção de que aqui as pessoas que estavam mais próximas, que trabalhavam nesse andar, parece que tinham um vínculo um pouco mais forte. Vocês chegaram a comentar que o R chegou a propor um rodízio, pensando em modificações. Um outro ponto foi assim: como o novo é pra cada um, e o novo eu penso que tava assim: se referindo um pouco ao trabalho, a pesquisa, esse trabalho de grupo, como é que eram as reações, como eram pra cada um e como é pro grupo. O outro ponto que apareceu também foi a tendência a se isolar, que foi discutida e isso como uma coisa se é do funcionário noturno ou não, foi um ponto de discussão, gostar de ficar só, algumas pessoas dizendo que não gostam, apareceu essa expressão “ficar ilhado”. O aspecto também da culpa, em não estar presente na família, às vezes, ou mesmo com os amigos. Um outro ponto foi as conseqüências do trabalho noturno e isso em relação com o fator da idade dos funcionários como aspectos que aparecem às vezes em função da idade ou com o passar do tempo. Foi falado do estresse também e salientado formas individuais de lidar com o estresse, como que, por exemplo, cada um conhecia os seus limites etc. Vocês também comentaram sobre mudanças nos aspectos psicológicos que às vezes aparecem até houve uma expressão “você às vezes não se reconhece”. Também foram falados em alguns ganhos e perdas, ou seja, não há só perdas, há também alguns ganhos. A questão da morte foi abordada de alguma forma, pela situação que vocês tinham ra muito próxima da colega que tinha falecido e ficou assim pra mim: parece a às vezes há alguma dificuldade no grupo de se colocar um pouco mais pessoalmente, mais pessoalmente eu quero dizer o seguinte: receio de se trazer no grupo enquanto uma pessoa dotada de sentimentos, de emoções. Uma pessoa, menos o profissional e mais a pessoa mesmo. Então eu penso que quando foi falado da... eu tinha falado a semana passada, naquela última reunião que uma pessoa não participou e não quis participar parece que... eu fiquei pensando se isso não seria de alguma forma, também colocado, na pessoa talvez um pouco de

dificuldade que todos tenham nos sentido de se trazer mais pessoalmente mesmo, quer dizer, parece que fica um pouco muito mais forte assim: a gente aqui é o profissional, poder falar de si mesmo é difícil. Então isso foi colocado um pouco assim: eu talvez tenha dificuldade de se expor mais. Que sem dúvida há uma exposição quando você trabalha...

S3 – Entra nos itens de se isolar, ficar só. Que uma coisa é o profissional, que tá mexendo com tanto no profissional como no pessoal. Tem gente que não gosta de abordar coisa pessoal. É um respeito que a gente fala. Eu falo profissionalmente, mas pessoal eu não gosto de falar. É possível. Tá?

Coordenador – Tá. E o que mais? Vocês numa certa altura, mais pro final demonstraram preocupação com o método da pesquisa, com aspecto assim: da completude dos dados, que eu não estaria pegando todos os dados. Algumas pessoas chegaram a dar sugestões do método. E há também meio que um pedido, uma colocação que se repetiu de que o coordenador fizesse algumas perguntas, e aí no final eu explico novamente o método pra vocês, que não é um método que aonde a gente faça as perguntas, mas procura deixar em aberto. Mas aí eu me comprometi em fazer como eu tinha feito na outra vez: que era de dar um pouco o caminho pro grupo ou as coisas que o grupo tinha tratado na reunião. Então é isso...

Risos

S5 – Então é isso... (risos)

S3 – Todos os assuntos, vamos lá, como assuntos abordados como ganhos e perdas. O que perde mais é a parte social mesmo, mais a parte pessoa, familiar. Já na parte profissional o ganho que nós temos em relação ao Técnico de Polissonografia do Instituto do Sono e existem “n” trabalhos noturnos de jeitos diferentes, aqui que a vantagem é que a empresa te dá uma liberdade pra você trabalhar, fazer sua função sem precisar tá ninguém te monitorando, uma chefia pra ficar te... então você tem a liberdade. Porque eu tô te falando isso? Porque tem empresas que não, que tem o trabalho noturno mas tem chefe, ou mesmo outros hospitais que têm supervisores e que comanda mesmo, e que fica ali e você fica como se fosse um funcionário diurno com chefia. Aqui a vantagem, os ganhos, aqui é isso: nós somos técnicos de (?)? Cada um tem a sua função, você desempenha bem a sua função, dentro de um grupo, você é um dentro de um grupo e desse grupo vira-se o Instituto do Sono. Então dentro desse mini-grupo, que seria as equipes da noite, e o técnico, a empresa te dá essa liberdade, fala

assim: “olha, você é técnico de polissonografia”, você está lá, não precisa ficar um chefe de grupo daquela equipe pra ficar “eu quero ver o que você tá fazendo”, não há necessidade disso, ele te dá essa liberdade, mas ele te cobra essa liberdade: “olha, os seus exames...”, ele pega os seus exames... Aqui vantagem é essa. E a perda normal é a perda de tudo que nós já comentamos nessas cinco reuniões: perde a família, nós estamos aqui e a família tá em casa, aconteceu uma emergência noturna e não tem como... porque à noite você não tem condução, você não tem um monte de coisa que você teria durante o dia. O trabalho diurno, você trabalha durante dia, mas se aconteceu alguma emergência em casa pega-se um táxi, pega-se ônibus, avisa amigo, parente, vizinhos... Só que dá um problema às duas horas da manhã, você vai incomodar um vizinho, você até incomoda porque é emergência, mas você fica meio: “vou atrapalhar o sono dele”, ainda mais se for durante a semana, se for de fim de semana, você ainda tem o domingo e descansa, mas se for uma terça ou quarta feira, a pessoa tá dormindo, pra no outro dia ir trabalhar, dá duas horas da manhã você acorda pra uma emergência. Essa é uma perda, que você não está lá presente. Se a esposa sabe dirigir, tem carro, tem alguma coisa é uma vantagem, mas não são todos que têm isso. Eu deixo a família: a esposa e os filhos em casa. Tem pessoas que deixam só os filhos em casa, fica mais preocupado ainda. Aí você fica: “se acontecer emergência filhos menores, em casa só ali...”. Essa é uma perda grande. Mas no geral eu prefiro a noite.

S4 – Eu acho que um ganho maior nesse sentido em relação à reunião vocês estão fazendo à esse trabalho, vocês pegaram um grupo de pessoas que trabalha na área do sono, conhece os efeitos colaterais, o que pode causar e o que não pode, porque a gente trabalha dentro da área do sono. Então isso é uma vantagem pra nós que outros trabalhadores noturnos não têm. Então nós trabalhamos na área do sono e ficamos com sono. Então às vezes somos conscientes do que realmente é o retorno disso tudo, temos áreas que podemos ler isso, estamos com isso, trabalhamos com paciente com insônia, trabalhamos com paciente com terror noturno, trabalhamos com paciente que tem alucinações, que são fatos que podem acontecer com a gente no dia-a-dia...

S3 – Quando estava o pessoal mais antigo, nós falávamos: “nós somos os futuros pacientes do sono”...

Coordenador – Vocês comentavam isso?

S3 – É a gente comentava...

S4 – Por tá com o papo de sono né?

S3 – “tem três meses, tem seis meses”, as equipes vão sempre modificando, aí eu falava assim: “daqui a uns anos nós que tamo aqui”.

Coordenador – Olha nós amanhã.

Risos

S4 – Por isso, por nós conhecermos, ter essa noção o que é o sono, da privação do sono, o que pode nos causar. Então por trabalhar dentro da área do sono eu acho que é uma grande vantagem nesse sentido, lógico nem todo o funcionário noturno vai ter essa visão, porque a gente trabalha com o paciente, a gente vive, a gente vê gráfico todos os dias e acompanha detalhes de cada paciente de todo dia. Então o paciente 1 vai contar pra você que ele trabalhou à noite. A gente pega vários funcionários noturnos que não tinha uma noção disso e excedeu em serviço e teve conseqüências. Então a gente enxerga isso de perto. Então essa é a nossa vantagem de ser técnico de polissonografia, trabalhar na dentro da área e conhecer o pós e o contra. Então eu acho isso interessante.

Coordenador – Que dá uma consciência...

S4 – Dá uma consciência maior nisso tudo.

Coordenador – Do tema, do assunto que tem a ... que afeta diretamente vocês.

S4 – Com certeza, pra compreender mesmo o efeito...

S5 – A gente já sabe diretamente que ...

S4 – Se tem uma reação: “ah eu tô tendo isso”, eu sei o porquê, o outro talvez não, apenas porque eu trabalho à noite, mas não tem uma noção do que é aquilo e nós temos isso porque estudamos dentro disso, e vemos isso todos os dias.

S3 – É igual a um médico: tem médico que sabe de tudo mas fuma.

Risos

S4 – Somos pegados pelo vício.

...

S4 – Você deixou claro né César? Eu não quero sair da noite.

S3 – Não tem jeito, você sabe que tá te prejudicando, mas eu gosto.

S5 – Das recomendações... Você falou de fumar, meu primeiro emprego foi com um cardiologista, ele atendia o paciente fumando que o vício era tanto que ele não conseguia. Ele falava: “para de fumar”, “mas o senhor fuma”, “eu sou médico e é pra fazer o que eu falo, não é pra me imitar”. (risos)

S3 – Faça o que eu falo, mas não faça o que eu faço.

S5 – eu sei o risco que eu tô correndo.

S3 – Faça o que eu falo, mas não faça o que eu faço.

S5 – Mas é verdade, a gente tem uma outra visão do que é trabalhar, o que gera essa privação de sono. A gente fica mais...

S4 – Tem essa perda e esse lado positivo.

Coordenador – É interessante porque vocês estão falando de uma relação que o trabalho à noite tem com vocês que não é uma relação assim... a consciência dos problemas que pode causar, vamos dizer assim: ela não é, parece que, tão relevante a ponto de dizer: “então vamos mudar isso”, porque tem um outro lado, vocês estão dizendo que existe um ganho ou uma gratificação...

S3 – Mas nós estamos falando em relação à polissonografia e o Instituto do sono aqui nosso porque dependendo do que você estiver fazendo à noite, existem “n” trabalhos noturnos que é tão prejudicial à saúde e a pessoa tá lá trabalhando porque não tem outro lugar.

...

S3 – Existem... exemplo vai: trabalhador da Eletropaulo que ficam à noite pra arrumar. Deve ser uma profissão horrível, pega frio, chuva, sol não porque é à noite... e tem que lá subir ajeitar... Ele gostaria de tá trabalhando de dia, ele tá à noite por falta de opção, não por opção dele, que hoje o mercado de trabalho tá muito restrito. Então a pessoa vai porque precisa, não porque gosta. A vantagem nossa é assim. Qual é o ganho à noite? No campo geral é esse. Você tem o dia ganhando, porque você faz nos dias outras coisas, mas que pra muitas profissões noturnas você trabalha porque é obrigado, porque eu já trabalhei de segurança de

casa de shows, já fui bastante coisa, olha, era horrível você entrava às seis horas da tarde e saía duas, três horas da manhã. Não tinha condução, não tinha... você tinha que esperar até quatro cinco horas para ir pra casa, porque não tinha condução. Então o povo fala que o trabalho noturno é bom, é ótimo, mas dependendo de onde você trabalha.

Coordenador – Então nesse ponto que você tá falando, você tá contextualizado mais a situação de vocês.

S3 – Isso. É bom, é ótimo...

S4 – Somos privilegiados.

S3 – Mas se for pegar um geral, falando assim porque eu já trabalhei de dia, já trabalhei em outras áreas como de segurança de show, casa de espetáculos no Palace, casa de shows à noite e hoje aqui, se for pra contar, aqui é um paraíso. Porque você trabalha, não tem chefia. Pra você trabalhar à noite com uma chefia no pé, vamos colocar assim: aporrinhando, é a palavra. Que fica lá na suas costas olhando o que você faz e ainda à noite, a pessoa precisa mesmo, tá bem necessitada, porque senão a vontade de chutar tudo, dá mesmo.

S5 – Estressa rapidinho. Porque você tem a pessoa no cangote. (Risos)

S3 – Porque tá com esses problemas todos de sono...

S5 – Você tem todos esses fatores e ainda alguém lá colado.

S3 – E existe, você pensa que não? E existe. Então trabalho noturno tem seus pontos de visão. Qual é a visão? Aqui, beleza. Você pode pegar um exemplo aqui, vai aqui no Hospital São Paulo, tem áreas que deve ser super estressante trabalhar à noite. Tem área que deve ser legal, depende do jeito que é formulado pra aquela área.

Coordenador – De como o trabalho tá organizado naquela área. E vocês estão falando dessa questão da chefia, quer dizer, parece que vocês têm certa autonomia.

S3 – Temos. Dão essa liberdade pra nós mas nós somos cobrados. Não é uma liberdade... nós somos cobrados. Mas a vantagem é essa, você tem sua responsabilidade, você sabe o que você está fazendo. Então você não precisa ficar como se fosse uma criancinha que você precisa tá segurando na mão. Você sabe o que faz. Todo mundo sabe o que faz e nessa individualidade que todo mundo sabe o que faz um ajuda ... naquele ramo de ... Por isso que a gente fala que naquele grupo de cinquenta, porque os seis são mais chegados que os outros? Porque a gente

vive mais aqui. A gente vive mais tempo aqui do que em casa praticamente, como já foi comentado. Então aqui você conta confidências, até pra esposa você não fala, aqui você fala. São coisas assim que você...

Coordenador – No vínculo de vocês existe essa ...

S3 – Liberdade de...

Coordenador – Uma certa confidencialidade, uma certa intimidade? É isso?

S3 – Isso, mas por exemplo eu converso, porque eu com o S2, conheço o S2 a bastante tempo. Então eu tenho mais liberdade de falar com o S2 do que com a S4, do que com a S5. Então eu conto mais coisas assim de casa pra me abrir, mas com a S4 do que a S5. Porquê? Porque existe os rodízios. Então sai um entra outro, sai um entra outro. Aquela pessoa que você tá começando, é como num... você fica meio assim... você aos pouquinhos vai se abrindo, vai se soltando, aí você se solta mas aí dependendo... porque nós temos uma equipe mas cada um tem sua individualidade e dentro da sua individualidade você não vai ultrapassar aquele limite da sua individualidade, tem coisas que você comenta, tem coisas que você fala “não vou comentar porque não é pra comentar com fulano, é pra comentar com sicrano, porque sicrano pode me dar mais retorno que fulano”. Mas dentro da equipe é uma equipe né? Tem coisas que você comenta e coisas que não como tem gente que pode chegar e falar “não, não quero conversar nada”, coisa particular minha em casa, que nem em casa eu briguei com a mulher, não vou comentar com ninguém, é particular. Mas você tem dentro da mesma equipe um que conversa mais com um.

Coordenador – O que você acham disso? Vocês concordam com o S3 nesse sentido que há assim um espaço pra se poder ter um pouco mais de proximidade a ponto de comentar alguns assuntos que são mais particulares?

S4 – Por estar convivendo doze horas, você acaba tendo sim, você acaba aproximando, você acaba convivendo, você acaba conhecendo a realidade de cada um às vezes nem na expressão, no próprio silêncio e vai ser naturalmente. A gente acaba vendo isso, porque convive são doze horas juntos no mesmo local, imagina num espaço daquele ali fica três pessoas, quatro pessoas. Então não tem como não expressar algo, mesmo até o silêncio expressa, não tem como. É com o próprio convívio.

S2 – É pela expressão do colega quando chega a gente já nota que tem alguma coisa: “e aí, tá beleza?” aí ele responde (som).

S3 – É porque não quer falar.

S2 – Aí quando é mais tarde, a gente começa a conversar “ah, aconteceu isso”.

S4 – Então a gente só conhece isso convivendo. Se não convive, não tem essa noção, o observar melhor o outro a gente não conseguiria ver isso.

Coordenador – Mas há uma observação do outro, né?

S4 – Com certeza sempre há. É um ambiente, estamos no mesmo grupo, se eu não observar o outro... não é não observar o outro, estou com o outro também, estou comigo e estou com o outro.

S2 – Aqui um faz parte do outro na realidade.

S4 – No dia-a-dia.

S2 – Voltando à liberdade da chefia como o S3 estava colocando, eu acho que é porque já é um hábito de confiança que as pessoas têm com a gente por relação à nossa função, porque a gente lida com outras vidas e se a gente errar conseqüentemente vai prejudicar uma outra pessoa. Então a gente já ganhou essa confiança, acho né? Já ganhou essa confiança então a chefia só fala com a gente na última instância mesmo quando tem uma coisa que tá já derramando pelas bordas, senão...

Coordenador – Por exemplo.

S2 – Um erro muito grave. Aí eles: “tá acontecendo isso, tal”. Mas é uma coisa assim bem light. Não é aquela coisa de chegar em você e pôr na cadeira, te joga na parede. Uma conversa amigável, é legal. E eu acho que é isso, né? Confiança e a responsabilidade que a gente tem. Que tem funções que dá pra você errar e o chefe te cobrar e você ir lá e refazer e ficar tudo bem e tem funções de serviço que não dá, você erra mas se você errar vai ter uma conseqüência bem pior do que numa outra coisa mais simples.

Coordenadora – E isso faz se sentir bem?

S2 – Faz. A confiança te faz sentir bem. Deixa você mais confiante em você mesmo. Eu me sinto assim. Quando alguém confia em mim eu me sinto mais confiante ainda. Não sei se

todos acham que é desse jeito. Quando alguém por exemplo te fala um segredo, fala “pô S3 tá acontecendo isso, isso, isso comigo”, pô o S2 confia em mim. Então eu sou um cara que mereço confiança então vou guardar a confiança que ele me deu. Eu entendo dessa maneira.

Coordenador – Pelo o que eu tô entendendo é uma espécie de retribuir a confiança depositada...

S2 – Também. É como um empréstimo: eu te empresto um dinheiro e você tem que me devolver aquele dinheiro que eu te emprestei, se você não me devolver aquele dinheiro que eu te emprestei jamais eu vou ter outro dinheiro pra te emprestar, vai perder o crédito. Se você deu a confiança e o cara não te retribuiu a confiança que ele te deu...

Coordenador – E eu acho interessante porque essa coisa da confiança que vocês estão falando e poder ter uma certa autonomia com a chefia eu acho que também tem um pouco da questão da confiança aqui, porque tanto a confiança entre vocês como a de vocês para com a gente aqui, porque meu trabalho também só está podendo estar sendo desenvolvido e a gente tá chegando aqui na nossa última reunião, né? Com esse grupo, porque também foi possível vocês terem um certo grau de confiança na gente e eu acho que é recíproco de nós em vocês, mas eu acho que principalmente de vocês em nós porque vocês estão trazendo muito da vivência de vocês que é o objetivo do trabalho de pesquisa.

S2 – E com essa confiança que nós estamos depositando em vocês se ela não for retribuída no próximo trabalho...

Risos

S2 – Brincadeira.

Coordenador – E como é que a gente poderia retribuir isso.

S2 – Não, tô só brincando.

S4 – É, acho que o dia-a-dia.

S3 – Mas é bom fazer um trabalho desse assim porque a gente fica assim muito entre nós e quando a gente expõe assim as coisas é bom, solta... no ponto em geral você se solta, fala assim qual é o problema que te dá, o que te faz, o que eu faço em casa, de bermudão no mercado, e o pessoal: “olha o vagabundo ali”, porque você trabalha à noite e ninguém... muita pouca gente dá valor na gente que trabalha à noite. Ainda mais se você fala assim: que

trabalha no Instituto do Sono, “ah, você trabalha no Instituto do Sono, né? Você vai dormir ou vai ver”, “não nós vamos ver quem dorme, a gente fica né?”, não se com vocês também acontece, “ah, que nada, você vai dormir direto”. Hoje, eu tô quase há três anos à noite e não troco pelo dia. Só se como eu falei, cada momento é um momento, você não sabe amanhã. Se fala assim: “oh, você tem que passar pro dia”, você tem que ir, é uma profissão, dentro do instituto tem vários lugares pra você trabalhar, “agora você vai passar agora pra de dia”, você vai, porque também não vai ficar desempregado, então você vai, mas hoje a noite é melhor do que o dia, pra trabalhar aqui, não sei nos outros lugares. É gostoso. Pior é quando pega o pessoal assim que bate papo.

S2 – Na realidade esses cinco bate-papo que a gente teve aqui, na realidade a gente só mostrou o que a gente tinha dentro da mala, que as pessoas sabia que a gente tinha alguma coisa, mas a gente nunca tinha aberto essa porta pra mostrar esse conteúdo que a gente tinha dentro dessa mala pra alguém, digamos assim. E vocês dois, de mim, foram as únicas pessoas que a gente começou a falar do sono, o que acontece, tal. Com mais frequência e com mais seqüência. Foi isso que aconteceu, na realidade a gente, voltando na palavra confiança, abrimos o leque e soltou praticamente tudo do que a gente lembra que acontece no dia-a-dia. Na realidade tá tudo aí.

Coordenador – E o que será que a gente vai fazer com isso, né?

Risos

S2 – Espero que tenha um resultado bem positivo na função do trabalho de vocês.

Coordenador – Eu acho que a ... aproveitando um pouquinho do que vocês estão falando da confiança que foi depositada na gente, enquanto pessoas que vão utilizar de uma forma adequada com o objetivo profissional os dados que vocês estão trazendo, mas eu acho que ... não sei como é que foi pra todos mas também a fala do S3, no sentido de que poder falar aqui algumas coisas, parece que também tem uma ressonância interna, não sei como é que foi pra cada um mas parece que o espaço criado pra discutir alguma coisa em conjunto que é da realidade de vocês, parece que pode também ter propiciado alguma coisa, seria talvez o que ... eu diria o trabalho pronto nosso vai poder propiciar depois pra vocês poderem ter contato e ler, mas durante as reuniões pode ser que tenha trazido alguma coisa.

S3 – Mais uma união, tipo assim. Aí pra cada um, cada um ...

S2 – O que trouxe na realidade pra mim foi perceber que os outros têm ... 99% das coisas que acontecem comigo, acontece com os outros e a gente não tinha esse... só sabia que acontecia com você mas você imaginava, você não tinha certeza, e se abrindo você teve certeza de que acontece com ele também.

S3 – É porque a gente só sabia se a pessoa falava. Nessas reuniões não, cada um sabia assim espontâneo. Então não foi assim... tamo aqui trabalhando se ela não falar nada assim particular eu não falo. Então só vai depender dessas conversas, assim como foi, se o outro comentar que aí você vai... como eu falei... as confidências que eu falo de vez em quando com o S2 e tem dia que não. Então você fala assim: “ah, eu preciso me abrir, vou conversar”, a gente chega de madrugada e começa... tem dia que ele chega assim e conversa e a gente não fala com a S4, não falo com a S5. Com essa reunião a gente sabe um pouquinho e são coisas que a gente fala “poxa, eu tinha uma impressão “x” de uma pessoa”, você muda, “eu tinha e impressão “y” você muda”, não sei ... ajuda, é bom de vez em quando fazer essas...

Coordenador – Permite essa ... vamos dizer assim...

S3 – Uma participação a mais...

Coordenador – Rever um pouco até a percepção do outro.

S3 – Isso, isso.

S5 – Acho que todo mundo vai levar um informaçãozinha, alguma coisa que vai tá ajudando, pelo menos eu que tô começando agora, eu vejo isso. Que nem o S2 falou, muita coisa que eu falei “não é possível... eu sou assim”, não sou eu é todo mundo, tem as conseqüências. É só assim mesmo, porque no dia-a-dia você não vai ficar comentando que “ah, e assim, assim, assim...”, é só quando tem que expor.

S3 – E nessa conversa você conheceu um pouquinho mais da S4, conheceu um pouquinho mais do S2, um pouquinho mais do S3. Assim tem uns que ajuda, né? Ajuda assim se a pessoa quiser conversar...

S5 – Porque às vezes até na correria, você só dá aquele desabafo que você tá precisando, não tem tempo de tocar em assuntos que eu acho nunca ia tocar assim...

S4 – Como se uma hora fosse pra expor de verdade, pra você falar sobre isso. Então a gente pode falar mas em pouco tempo ou não fala diretamente no setor, e aqui foi uma hora proposta

pra falar sobre. Então se abriu todo mundo de uma certa forma. Foi diferente...

Coordenador – E S5 você continua trabalhando lá no térreo? É no térreo, né? Porque vocês têm essa divisão, que eu acho que também que o próprio grupo foi caminhando de uma forma que foi se modificando, porque quando a gente começou então tavam as quatro pessoas, que é vocês três e a S1, todos aqui do fazendo aquele trabalho lá, mesmo andar e com a sua chegada você começou a participar do grupo e a S1 tá com o trabalho lá que acabou assim meio que mudando um pouco o jeito do grupo, né?

S4 – Na verdade a S1 era de lá. A S1 já era do setor, ela que desceu, não foi?

S3 – Não, não foi assim não, a mudança... como eu não falei, não tem as mudanças de equipes? Muda a equipe, a S1 é da nossa equipe, é daqui, ela veio pra cá. Então ela não é de lá ela é daqui. Só que como teve esses problemas do pessoal, problemas de doença, ela desceu e ficou lá e tem o problema de computador aqui também, problema que reduziu a quantidade de pacientes aqui, ela foi pra lá. Então ela está lá emprestada. Não é que ela é de lá, ela está lá emprestada. Ela faz parte hoje, pode ser que daqui a ... novembro o R muda as equipes. Mas hoje a parte da equipe dela ...

S4 – É que ela já tinha trabalhado lá antes...

S3 – Hoje aqui na nossa equipe nós somos em seis. Cada equipe de cada são seis. Os seis aqui são: eu, S2, S5, S4, S1 e Q. Então são os seis da equipe.

Coordenador – E quando nós começamos, quer dizer, nós começamos na verdade, tinha acabado de sair uma colega de vocês, que foi pra um outro estado que eu cheguei a conhecer num dia antes, no dia que eu vim me apresentar.

S2 – E a S1 veio no lugar dela.

Coordenador – E aí quando nós começamos haveria cinco pessoas, mas como a Q então não participou, a gente ficou com quatro. Aí o grupo foi mudando um pouco a cara porque também a S5 chegou e a S1 nessa duas últimas reuniões foi emprestada.

S3 – No geral é praticamente ... mas referente ao trabalho noturno essa é só uma pontinha ... não que o trabalho noturno tá resumido a isto. Não. É uma ponta de uma coisa muito maior e que aqui tem as vantagens de trabalhar bem: é doze por trinta e seis, tem lugar que você trabalha todas as noites, que o prejuízo é maior, o desgaste é maior. Então do trabalhador

noturno é uma ponta e do técnico de polissonografia do Instituto do Sono, já é uma coisa maior que deu pra pegar uma abrangência bem grande. Pro trabalhador noturno, não. Uma pontinha só que ... nós somos 0,1% do que é o trabalho noturno.

S5 – Porque em cada área a pessoa tem sua impressão do que é trabalhar à noite. Não dá pra generalizar.

Coordenador – Há uma grande diversidade de trabalhos noturnos, né?

S3 – Temos. E tem desde dos gratificantes até daqueles que trabalham por necessidade.

S4 – A pesquisa de vocês é só em relação à nós do Instituto, ou vocês estão pegando em relação à privação de sono de uma área por completo.

Coordenador – Só em relação à vocês mesmo...

S3 – Com polissonografia...

Coordenador – Com polissonografia. Especificamente aqui do Instituto.

S3 – Em relação à noturno...

Coordenador – A gente tá pegando um âmbito restrito.

S3 – Restrito pra pegar bastante coisa...

S2 – É porque já vai pegar um funcionário noturno que trabalha com o distúrbio do sono...

S5 – Que chega a ser engraçado.

S2 – O cara sabe que as consequências dá problema no sono e ele trabalha à noite como...

Coordenador – Como é que vocês vêem essa relação? Dá pra falar um pouquinho mais sobre essa relação de trabalhar com as pessoas que vem procurar porque provavelmente têm problemas com o sono.

S3 – É até engraçado, passaram pacientes mil aqui, pacientes que chegam aqui e falam: “nossa como é que você consegue, eu não consigo dormir, eu não consigo nada e como tem gente que consegue? Ronca”, “cada um tem seu metabolismo, por isso que tá fazendo o exame, pra saber, aí o médico que vai ...” “ah tá”. Aí chega de manhã: “olha não dormi nada mas teve um paciente do lado que roncou a noite inteira”, “são coisas, né? Você tem problemas que tá sendo resolvido. O bom que vocês deram o passo inicial que foi vim no médico”, porque tem

muita gente que tem esse problema e tem medo, receio de procurar médico, que o brasileiro não gosta de médico. Eu mesmo sou um, eu não gosto, eu só vou no médico em caso extremo. Senão não vou. Então quem tá vindo deu o primeiro passo que é procurar um ajuda médica.

S4 – Eu acho assim que além da questão da gente trabalhar à noite por ser na área do sono dá maior consciência pra gente nesse sentido, de entender isso, compreender o que é isso, o que é isso pra mim e procurar fazer sua própria de higiene de sono, mesmo trabalhando de noite. Eu sei as conseqüências que pode ter, e eu vou procurar isso pra que eu possa melhorar, vou procurar uma higiene de sono mesmo sendo um trabalhador noturno, porque a maior parte das pessoas que vêm da noite pra gente, são pessoas que uma grande parte fala: “eu tenho problema de sono”, você percebe que são pessoas que não têm higiene de sono, são pessoas que assistem programas de televisão horríveis e vai dormir, são pessoas que vai dormir três horas da manhã porque fica no computador, pessoas que vai acordar meio-dia, como a gente vê casos de adolescentes, principalmente agora que são freqüentes: adolescentes que dormem, que vai dormir duas horas da manhã porque tá na internet e acorda meio-dia, aí ele vem com problema de sono, mas é referente à situação. Então você consegue perceber que a maior parte da população em si, é uma situação de falta de higiene, de falta de colocar certos limites pra seu próprio corpo. Então aí você consegue compreender isso mesmo trabalhando à noite você consegue fazer uma higiene, eu pelo menos vejo dessa forma porque quando você chega em casa eu vou dormir. Então você procura uma forma de tá relaxando, de colocar alguma coisa pra que você entre num relaxamento, que você deixe o restante, que aquele dia se torna noite, você fecha ali e pronto, vê como uma noite, e pronto. Então você passa a fazer essa higiene por compreender todos os pacientes que você acompanha no dia-a-dia, pra mim eu vejo muito isso, e principalmente na questão da apnéia, dessa coisa toda, compreender em relação aos sonhos, é ter mais facilidade pra entender tudo isso. Então é uma vantagem que nós do Instituto temos, nós da área do sono. Acho que tem essas vantagens que a gente pode tirar grande proveito. Da própria experiência do paciente em si, que a gente vê muito caso de depressão, de insônia, pesadelos, e a gente quando conversa com o paciente, a gente, querendo ou não, pra poder acompanhar o paciente, a gente pergunta algumas coisas e ele relata da vida dele de uma certa maneira. Então você percebe que pra alguns foi falta de higiene de sono, foi uma situação meio constrangedora. Então você percebe aqui e fala “o que foi isso pra mim?”, eu vejo dessa forma procurar melhor situação porque é uma escolha minha trabalhar à noite,

uma escolha que eu quero no momento, porque se eu quero sair disso pra partir pro dia eu vou partir pro dia, só que no momento eu quero trabalhar nessa área, um exemplo, eu quero essa área, pra eu acompanhar, pra eu ter certeza disso eu tenho que trabalhar à noite, não tem outra forma, pra eu saber que a pessoa dorme ou não tem que tá vendo lá, tem que tá vendo o gráfico, conhecer tudo aquilo. Então é tirar proveito disso nesse sentido. Eu vejo dessa forma.

S2 – E outra, a gente tira proveito com conhecimento que a gente obtém em relação à tudo isso e contribui pra uma outra forma em tá, digamos assim, ajudando no diagnóstico de um paciente e até fazendo com que às vezes ele venha aqui tenha uma noite de sono com (aparelho), e a gente faz com que ele tenha uma noite maravilhosa, durma bem e saia no outro dia radiante, falando que nunca dormiu desse jeito. É, tem as conseqüências ruins, que te maltrata um pouco porque você trabalha à noite, e tem as gratificações que você tá colaborando com alguém, ajudando alguém.

S4 – Na verdade a gente percebe, a gente conversando com o paciente, que ele vê no nosso próprio exemplo de trabalhar à noite, eles falam: “nossa você trabalha à noite? Como é pra você trabalhar à noite?”, “aí é uma questão de adaptação”, “nossa mas você trabalha na área do sono, mas você fica com sono?”, aí eu falei: “pois é, tem que ter alguém pra trabalhar à noite pra ajudar alguém, mas a gente procura um meio pra dormir durante o dia sim”, “você dorme durante o dia?”, “durmo durante o dia sim”. Então assim, mostrar pra ele que eu posso dormir durante o dia da mesma forma, é que uma questão de querer, que ele também pode se ele quer, “ah, como você faz pra dormir?”, “ah, eu tento relaxar”, “e como você faz com o sol?”, “a gente procura deixar ele lá no lugar que ele está”, lógico isso vai interferir, é uma questão se vai interferir no nosso organismo, vai, isso a gente tem consciência, mas mostrar pra ele que a gente consegue e principalmente o de insônia e o depressivo que ele fala que não dorme de jeito nenhum, o de insônia, e a gente mostrando de acordo com a pergunta que ele faz pra nós e a gente falando da nossa realidade de uma forma, de uma geral dentro da área do sono a gente consegue mostrar pra ele que é possível ele dormir, é só ele tentar, é só ele procurar melhorar, procurar deixar ali atrás da porta o estresse que agora ele vai dormir, é um outro estágio de vida, entendeu? Então a gente vê esse retorno, e a gente vê esse retorno de manhã com o paciente, como se a gente tivesse um trabalho psicológico com eles, a gente sente isso bem de perto, dele voltar e falar “nossa eu nunca dormi na minha casa e dormi aqui” e dar um abraço, mas na verdade não foi aquela questão, ele dorme na casa dele mas o

estresse, a situação por ele ser acolhido de uma certa forma ele tem esse retorno e a gente sente isso nítido no olho do paciente. Como a gente tem a questão do (aparelho) que a gente tem que ter, vamos dizer assim, um trabalho quase... tem que ter um jogo de cintura pra tá mostrando pro paciente o que é aquilo ali, o que é o (aparelho) pra eles tentar se adaptar. Imagina o cara nunca veio dormir aqui, com uma máscara no nariz, que a gente sabe que é horrível, e a gente mostrar pra ele que ele pode melhorar, ele consegue dormir com aquilo, mas pra isso é preciso nosso trabalho de técnico, ter um bom jogo de cintura.

Coordenador – Parece que vocês estão mostrando outros lados, que são gratificantes, eu acho que esse lado da aprendizagem sobre uma área que eu acredito que seja uma área de muito estudo ainda sendo feito. Uma área que eu acho que já existe bastante coisa que eu saiba mas que ainda tá crescendo, eu acho que não é uma área... vocês estão falando do conhecimento que vocês têm, e eu acho que além do conhecimento sobre a questão do sono em si, vocês falaram também desse contato com as pessoas, o contato onde vocês conseguem perceber já algum resultado, muitas vezes da atitude que vocês têm em relação com as pessoas, interessante, parece que quando de repente vocês podem ver de manhã quando a pessoa fala alguma coisa que vocês, na verdade, se eu entendo, vocês não tão aqui ainda fazendo um tratamento, vocês estão ajudando a diagnosticar, né? Mas parece que nesse processo alguma coisa muitas vezes entra já como um auxílio, uma ajuda, talvez uma coisa que a pessoa esteja precisando daquele momento...

S3 – Momento crítico, que ele tá precisando mudar um pouco, como a gente falou: é estresse, esses problemas. É como aquele ... adolescente fica até duas horas da manhã na internet, mas tem adulto que durante o dia tá trabalhando e com a vida profissional hoje, eu tô falando aqui na Região Metropolitana de São Paulo, é muito corrido, pra ele não ficar pra trás, ele termina o serviço na empresa e chega em casa continua, aí ele fica até duas, três horas da manhã porque tá com medo de uma concorrência, de perder o emprego. Então prejudica o sono, aí a gente fala assim: “muda um pouquinho, caminha um pouquinho, desestressa, vai jogar um pouquinho de bola”, a gente conversa muito com os pacientes “muda um pouquinho, sai um pouquinho, relaxa um pouquinho, que aí fica muito estressado e aí você não consegue...”, como é o prejuízo daquele pouquinho que vai indo, vai indo e no final que dá aquela dor de cabeça, com os problemas grandes...

S4 – Uma grande vantagem nossa, é a gente poder acompanhar a atividade gráfica do paciente

de tá falando tá no (estágio de sono), aí você desperta e nossa, tava sonhando e ele fala pra você que ele não sonha, mas você desperta ele no (estágio de sono) e ele fala assim: “nossa eu tava sonhando”, sendo que nós “toda a noite o senhor sonha”. Então é uma descoberta pra ele mesmo.

S3 – Ele não sabe como é o sono dele.

S4 – Não é porque a gente quer acordar, é a própria necessidade de acordar seis e meia: “eu vou acordar o senhor, chega, né? Chega de dormir, quem precisa dormir sou eu, então vamos lá”. Então você desperta ele ali e ele fala: “nossa eu tava sonhando”.

S3 – E tem muita gente que dorme dez, onze horas da noite, mas só vai dormir mesmo três, quatro horas da manhã. Aí você vai dormir três quatro horas da manhã e seis horas tem que acordar.

Coordenador – Deita àquela hora mas vai dormir...

S3 – Tarde, demora. Dorme na hora errada, vamos supor “ah, eu tenho problema de insônia”, tem casos que eu já reparei, tudo bem, não é que o problema dele é insônia, na hora que ele vai dormir cedo, dá aquela ... dorme um pouquinho, fica o resto da noite, da uma hora até às quatro acordado, aí chega das quatro em diante dorme uma maravilha, só que dá cinco e pouco ele tem que levantar pra ir pro trabalho então o sono dele foi ruim, então ele fala que teve insônia porque ficou a noite inteira acordado.

S4 – E a gente tem essa facilidade de observar isso em gráfico.

S3 – Porque nós estamos observando graficamente, o problema dele não é insônia, o problema dele é que ele tá dormindo na hora errada.

S4 – A gente tem essa facilidade...

S3 – Tá percebendo que ... por exemplo, se ele dormir um pouquinho mais tarde, ele pode ir direto, só que não, ele fala assim: “eu vou dormir nove e meia, dez horas”, ele vai deitar nove e meia, dez horas porque tá cansado e dorme, dá uma hora e meia de sono, acorda aí de madrugada dorme de novo.

S4 – Eu acho que a capacidade da gente tá acompanhando essa atividade gráfica e observar que nós temos o relatório do paciente, o relatório que ele trás a noite toda. Então naquele questionário que eles respondem pra nós, ali tem o horário que ele dormiu ontem, o horário

que ele acordou, se ele ficou ansioso com a vinda pra dormir em outro local, e aí nós acompanhando tudo isso a gente acompanha numa atividade gráfica se um paciente toma medicação, a gente vê esse efeito medicamentoso. Então a gente tem uma facilidade dessa noção de acompanhar, de se um dia eu vá fazer o exame, se eu tô privada de sono, eu vou entender o que é aquilo, eu mesma posso fazer esse exame e olhar aquilo e entender: “não eu tô privada de sono, eu tive (estágio de sono) “x” minutos, enquanto tempo eu tive...” então a minha privação tá me levando a casos extremos então eu procuro... Há essa facilidade de entender tudo isso, é uma vantagem.

S3 – Mas isso a gente tem a vantagem de você... tem a liberdade de você saber o que você tá, muita gente não tem esse... vem faz o exame, no outro dia volta de novo aqui aquela vida estressante, estresse. Tá lá, não fica, tá lá naquele trabalho ... e não pára pra você começar a se cuidar, como eu falo pro paciente: “o bom que você procurou um médico, porque se você procurou um médico é porque você tá com vontade de se tratar”. Aí agora vai até o fim, vai ver o que o médico conversa, se abre com o médico tudo, porque ele vai te ajudar e queira também mudar, porque não adianta só também: eu fiz e acabou, porque tem seis pessoas que fez esse exame, não aqui já tem um tempinho atrás, e fala assim: “ah eu fiz exame lá, não dormi nada” e o médico falou: “olha você não tem nada porque não dormiu” e ele deixou pra lá. Eu falo pra ele: “faz de novo, vai num outro médico, procura pra ver o que você... porque ele fala: “eu continuo roncando”, porque como examinou uma noite, como é um lugar estranho, tudo diferente tem gente que não consegue dormir mesmo. Tem muita gente que fala assim: “eu ronco a noite inteira”, não dorme, tem gente que tem insônia e dorme.

Coordenador – Tem pessoas que não repetem aqui aquilo que fazem fora, pelo menos dizem fazer.

S3 – Tá em local diferente, tá com os fios, tá tudo...

S4 – É que a maior parte das pessoas hoje vem fazer a polissonografia mais pela questão do ronco, da apnéia, mas o médico que pediu, que é o otorrino, ele vai verificar só a parte respiratória só que aqui quando ele chega até nós, a gente vai colocando os eletrodos, explicando a função do exame em si, que é a nossa parte, quando a gente vai falando a gente percebe que “nossa mas vai ver tudo isso, vai me ver dormindo? Que legal”. Pra ele pode até ser então, até ele chegar até aqui, era só isso “eu só tô aqui porque eu ronco”. A gente vê

muito disso.

S3 – Mas o problema que a gente tem é que quando a gente vem, na hora que vai colocar ele fala “nossa”, mas ele não dorme de noite direito porque ele fica receoso.

S4 –Aí vem a questão da adaptação ambiental.

S3 – Eu tô falando nesse ponto como tem gente que não dorme em casa, como eu falei, insônia chega em casa e não dorme, mas aqui com a mudança de ambiente, tudo, ele conseguiu dormir.

S5 – Não tem que ficar se preocupando com marido, com filho, com a casa...

S3 – Ele não consegue dormir...

Coordenador – O interessante como às vezes a mudança de ambiente pra uns cria ansiedade aí a pessoa fica...

S3 – Fica tensa e não dorme, não relaxa...

Coordenador – E pra outros há o efeito contrário. Pelo que vocês estão falando...

S4 – A gente em insônia, é acompanhando o paciente de insônia a gente vê muito nítido isso.

S3 – Todos eles vêem, demonstra assim...

S4 – Tem paciente que ele chega aqui ouvir algo incomoda. Até o barulho do (aparelho), que não faz barulho que a gente deixa no silêncio, mas alguma coisa de alguma máquina que está ligada, só aquele som do computador já incomoda. Então você percebe o limite daquela pessoa, ele tá ali no limite. Entendeu? A gente acompanha muito isso, e na insônia a gente vê bastante essas situações assim. Quando há um estresse. Eu falo isso porque eu já acompanho paciente há cinco anos e a gente vai assim gradativamente, observando cada detalhe.

S5 – É você acaba percebendo a particularidade de cada um, as manias, os jeitos.

S4 – E o mais importante é que se a gente pudesse juntar tudo isso porque o médico só vai só no sintoma e a gente vê o outro lado de uma forma geral... (risos)

Coordenador – Você tá falando que o médico vai só no sintoma?

S4 – Vai só no sintoma. Toma (medicamento), toma (medicamento).

S3 – A gente olha mais a parte de psicologia, tem coisas né como a gente tá conversando, usa

mais aquela...

Coordenador – Parece que vocês acabam ficando com uma noção mais integrada do que é só simplesmente o sintoma.

S3 – É que o paciente vai lá no médico e fala assim: “eu tenho problema de ronco”, “tá bom, vamos fazer uma polissonografia”, aí só vai cuidar disso, aí quando chega à noite, se abre com as perguntas tudo, alguns se abrem, outros não, mas a maioria se abre, aí você já sabe de tudo já do que acontece, então você tem mais aquela...

S5 – É aqui na, não são todos, mas a maioria dos pacientes, você consegue cativar a confiança dele, consegue se abrir, ele tem um tempo enquanto você está fazendo a montagem, a pessoa tem um tempo pra se abrir, coisa que no consultório não dá tempo, é que nem o S3 falou mesmo... E aqui não, paciente de insônia “ah porque eu cochilo à tarde”, se ele cochila a noite inteira ele não vai dormir à noite mesmo, mas às vezes o médico: “ah cochilou?”, “ele vai chutar “ah, cinco minutos”, entendeu? É a coisa que você acaba se interagindo mais da vida da pessoa. É uma noite? É uma noite só mas a pessoa pega confiança, fala, desabafa. Às vezes o desabafar da pessoa faz ela dormir melhor.

S3 – Tem muito disso.

Coordenador – E o que vocês percebem assim das pessoas, ou até pelo problema que ela tem é utilizado de alguma forma?

S4 – Pra mim, por exemplo, o ele expressar aquilo se torna mais fácil pra eu poder acompanhar em atividade gráfica, poder ter noção em só nesse restrito, porque eu não vou ver ele depois e acabou, né? Então o ele falar de acordo com o que vai se explicando, e ele vai se expressando é por exemplo, teve um paciente que eu fiz na semana passada que ele foi contando, ele acabou falando que ele vivia sozinho, que ele morava aqui, que ele não é do Brasil e aí eu coloquei o eletrodo na perna e eu falei: “você movimenta a perna?”, ele falou “de vez em quando eu movimento”, aí ele já expressou que ele tinha Mal de Parkinson. Então é a prova, aí foi direcionando um todo e ele foi contando a realidade, aí você vai direcionar como é que eu vou trabalhar com esse paciente a noite inteira, como é que eu vou ficar com esse paciente doze horas, como é que eu vou ver ele me chamar durante a noite, como é que eu vou atendê-lo. Então há essa facilidade pra isso “ah, eu vou verificar”, “ah, eu tomo remédio”, ele não colocou no questionário, que às vezes tem pessoas que não põem no

questionário, mas de acordo com o que você vai conversando você vai percebendo que ele tomou anti-depressivo durante dez anos, mas ele tem quinze dias que ele parou, ou ele parou ou ele parou três dias, ou ele parou dois dias, sem um pedido médico, a gente já pegou paciente dessa forma. Então a gente conversando a gente tem essa noção. Então há uma facilidade, é como se a gente fosse uma ponte de pegar aquilo e jogar dentro de um questionário, de um relatório técnico, junto com a atividade gráfica e dar mais tranquilidade pro médico laudar. Então há essa ponte nossa. Talvez nós podemos conviver mais com o paciente do que o próprio médico que tá atendendo. Então há essa facilidade. Só que nós temos limites até então, é essa facilidade do paciente se expressar, é a facilidade de acompanhá-lo à noite. Eu vejo dessa forma.

Coordenador – De acompanhá-lo e isso ajuda no diagnóstico?

S4 – Com certeza, ajuda você a fazer aquilo que você tá fazendo. Você entender o paciente e durante o dia “ah, o exame deu x”, eu falo isso porque eu faço leitura também do exame. Então o super-importante é quando você faz e depois você lê, então você tem uma noção básica de tudo e você põe no relatório: “eu fiz isso, o paciente é assim, expressou isso, fez isso”. Quer dizer você tem uma noção você acompanha o paciente. Então isso é muito importante. Então o paciente expressar e a gente poder ouvir e é uma tranquilidade no sentido do nosso próprio trabalho.

Coordenador – Agora, quando vai esse material que vocês pegam que é registrado naqueles equipamentos, ele vai sem nenhum comentário de vocês, vai só o registro como ficou, por exemplo pra uma outra pessoa analisar.

S3 – Tem um outro relatório...

S4 – Tem um relatório que a gente ...

Coordenador – Vocês fazem um relatório de cada paciente.

S3 – Teve um paciente uma vez que tava medindo normal, só que você olhando, depois vendo à noite que ele tinha muito movimento, eu coloquei a fita pra gravar pra ficar mais fácil pra quem tiver lendo, porque quem tava fazendo a leitura não é o ... não tá vendo o paciente, só tava lendo o papel, não viu o paciente.

Coordenador – Que é outro técnico...

S4 – Isso.

S3 – É um outro, ele não vê. Então “opa, achei algo estranho aqui, vai ajudar”. Então você põe lá, grava e coloca assim pra ficar mais fácil pra quem...

S4 – Então você tem uma descarga elétrica, né S3?

S3 – Bom, nós somos uma parte de um processo todo. Então no processo é o que? Nós temos lá o paciente, aí tem o técnico, o leitor, o médico, que aí vai sair o resultado pro médico dele. Porque aí tem... nós como técnicos vamos fazer o exame, o leitor, o médico que vai dar o laudo, depois o resultado vai sair pro médico dele, que solicitou.

Coordenador – Tá entendi, então esse médico que vai fazer o laudo é daqui do Instituto também? Aqui pelo menos três etapas: vocês, depois quem vai fazer a leitura e o médico.

S3 – Aí sai o resultado pra depois entregar pro médico solicitante. Nesse processo todo o único que ficou lá a noite inteira com ele pra ver foi nós.

Coordenador – E foi por isso que eu perguntei se vocês percebem, que às vezes pode estrapar o que tá simplesmente anotado no exame, seria de alguma forma essa outra...

S3 – Vai via relatório ou se ele tiver muitos movimentos você pode colocar a fita, porque como você tá ali no gráfico, quando faz um movimento, borra tudo, só que a pessoa que tá lendo “o que será que ele fez? Ele movimentou porque ele acordou ou porque ...”, não foi um tremor dele mesmo e ele dormindo tem um tremor, “opa, isso aí já é...”, põe uma fitinha e aí...

S4 – E pra eu fazer tornar mais fácil compreender isso se eu converso com ele, com o paciente em si, e entendo essa expressão, junta tudo...

S3 – Se bem que se ele não fala, se mesmo que ele não fale nada, tem paciente que chega e não conversa, é fechado, você não vai tentar abrir, você tenta a conversa mas se já falou dois não ou respondeu secamente: “eu não vou mais porque senão eu vou invadir vai ser pior”. Então como você tá fazendo o exame, você tá vendo o que está acontecendo, você viu uma coisa que é relevante, você anota no relatório, coloca a fita, você tá acrescentando coisas que não foi pedido, mas é uma coisa que é relevante ao exame. Então você anota, coloca fita, ou mais, porque o restante tá ali na gravação.

S4 – Eu acompanho um paciente que ele tava fazendo pra uma questão de pesquisa da empresa, só que pela pesquisa eles achavam que estavam sendo avaliados pra ser mandado

embora, e aí ele fazendo a pesquisa e ele veio como questão verificar o sono, verificar se ele tem apnéia, porque aí durante, monitorando eu perguntei pra ele: “e aí como é seu sonho? Você sonha?”, é de vez em quando eu tenho pesadelos. Até então no questionário ele na expressou nada disso. Quando eu monitorei ele, ele falou isso. Quando chegou na fase profunda pra entrar no sono (estágio de sono), ele desencadeou uma crise que ele caiu da cama, ele chutou a cama, não foi aqui, foi no décimo quarto andar onde eu estava e foi um fato assim rápido, quer dizer se tivesse mais nítido isso eu deveria de ter colocado a câmera, eu teria verificado melhor, mas aí ele teve um problema, ele teve um problema de terror noturno, lógico, aí vai um relato técnico, cabe a mim a confiança de tá relatando e o médico vai verificar. Quer dizer uma prova de que ele tem terror noturno, que ele tem coisas assim, ele caiu, ele chutou a cama durante a noite. Então essa facilidade de conversar, essa facilidade de acompanhar melhor, de ficar mais atenta no gráfico, de a gente poder ajudar nesse sentido.

Coordenador – E pegando uma parte do que vocês falaram sobre sonho, que as pessoas falam que não sonham, eu pergunto pra vocês: e vocês, vocês sonham?

S4 – Vamos dizer assim: nós somos os verdadeiros sonhadores porque não somos o verdadeiro sonhador, como somos privados de sono, dormimos pouco e nós temos que ter a fase (estágio de sono), pra que a gente possa definir as fases do sono. Então a facilidade de nós sonharmos é bem maior, porque nós dormimos menos e quando a gente dorme, em pouco a gente tá em (estágio de sono) devida à privação do sono. Então há uma facilidade maior, há uma facilidade maior de lembrar dos sonhos e ter essa vivência maior.

Coordenador – Dá pra lembrar mais dos sonhos?

S4 – Depende.

S3 – Depende de cada um.

Coordenador – Não é todo mundo...

S4 – O lembrar do sonho depende muito do seu estado emocional, do seu estado interno. Eu falo isso por exemplo meu mesmo, o lembrar do sonho depende muito disso. E eu falo porque eu vivencio situações assim.

Coordenador – E sonhar num sentido mais amplo?

S3 – Ah isso... é tanto sonho, né?

S4 – Como num sentido mais amplo?

S3 – A vida é sonho.

Coordenador – Que sonhos?

S3 – O que ele quer dizer é assim: sonho.

S5 – Almeja?

S3 – Isso todos têm.

S2 – Se você parar de sonhar não há necessidade de viver.

S3 – Isso que eu ia falar. Pô a vida já é ... se você não sonha você não tá vivendo.

S5 – Parece engraçado, mas a vida é sonhar.

S3 – É legal...

S5 – Você sempre tem que ter um ponto de referencia porque se não...

S3 – Almejar alguma e você almejou aquilo, conseguiu aquilo, vai um pouco mais. Você sempre tá querendo.

S4 – Sempre tem que tá mirando em alguma coisa, porque se não.

Coordenador – Então os sonhos estão presentes dos dois sentidos.

S3 – Dos dois sentidos...

S4 – É. Vemos as duas fases...

Risos

Coordenador – Bom, tá bom eu acho que vamos ficando por aqui, né? vocês têm alguma coisa que gostariam de acrescentar?

S3 – Não.

S4 – Eu espero que seja válido o que foi dito entre nós, apesar de se expressar, cada um expressar de cada um, porque eu acho que cada um expressou cada um internamente, mas que seja aproveitável pra que divulgue mais pra que o povo reconheça o que é o funcionário noturno. Eu acho super importante isso. Eu acho que o trabalho de pesquisa de uma certa forma a maior tendência é essa, porque o funcionário noturno ainda, de uma certa forma social

ele é visto como maus olhos pra muitas pessoas. Então quanto mais ter oportunidade de mostrar que a noite também tem pessoas que trabalha, tem pessoas que trabalha e dorme de dia, pra uma sociedade maior, eu acho mais interessante. Principalmente São Paulo pra as pessoas de longa distância não, mas em São Paulo, que é a maior frequência de empresa de situações de necessidade, então há um número maior de funcionário noturno. E quem sabe abre uma nova cidade pros funcionários noturnos?

Risos

Coordenador – Olha aí um sonho... Quem sabe uma cidade ...

S3 – Mas já tá começando, já tem bastante coisa.

S4 – Nós podemos começar com uma cidade.

S3 – Não já tem: você já vê padaria 24 horas, você já vê mercado 24 horas, floricultura 24 horas, você já tem...

S4 – Em benefício do funcionário noturno.

S3 – São Paulo já tem bastante coisa noturna.

S4 – Falta é criar uma cidade noturna.

S3 – O problema nosso aqui é que ... tudo bem que à noite nós tamo aqui, nós temos o dia livre, mas pra quem gosta de sair à noite pra passear, você tem um leque de coisas, só que o problema é a segurança.

S4 – Mas a gente cria a própria segurança que nem na cidade fechada né S2?

S3 – Aí é outro problema ...

...

Coordenador – Pessoal, muito obrigado...

## ANEXO 2.

### **TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO**

( para os participantes dos grupos operativos)

TÍTULO DA PESQUISA: *Trabalho, noite e sono: uma investigação sobre a saúde e o trabalho noturno*

Eu, \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_, \_\_\_\_\_ anos de idade, portador(a) do RG \_\_\_\_\_, residente na  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_, telefone \_\_\_\_\_, e-mail \_\_\_\_\_, abaixo assinado, dou meu consentimento livre e esclarecido para participar como voluntário do projeto de pesquisa supracitado, sendo efetuado pelo aluno Arilson Pereira da Silva, do Programa de Pós-graduação em Psicologia Social do Instituto de Psicologia da USP.

Assinando este Termo de Consentimento, estou ciente de que:

- 1) O objetivo da pesquisa é investigar as relações interpessoais e a saúde, em sentido amplo, de pessoas que trabalham em horário noturno, explicitando aspectos da intersubjetividade gerada nas relações de trabalho do grupo escolhido.
- 2) Durante o estudo serão efetuadas observações das atividades realizadas pelos participantes, bem como entrevistas individuais ou em grupo que serão gravadas para posterior análise dos dados obtidos;
- 3) Obtive todas as informações necessárias para poder decidir conscientemente sobre a minha participação na referida pesquisa;
- 4) Estou livre para interromper a qualquer momento minha participação na pesquisa;
- 5) Meus dados pessoais serão mantidos em sigilo e os resultados gerais obtidos através da pesquisa serão utilizados apenas para alcançar os objetivos do trabalho, expostos acima, incluída sua publicação na literatura científica especializada;

6) Poderei contatar o Comitê de Ética em Pesquisa do Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo para apresentar recursos ou reclamações em relação à pesquisa.

Este Termo de Consentimento é feito em duas vias, sendo que uma permanecerá em meu poder e outra com o pesquisador responsável.

São Paulo, \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 2004.

---

Nome e assinatura do voluntário

---

Nome e assinatura do pesquisador

## **TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO**

( para os representantes da instituição)

TÍTULO DA PESQUISA: *Trabalho, noite e sono: uma investigação sobre a saúde e o trabalho noturno*

Eu, \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_, \_\_\_\_\_ anos de idade, portador(a) do RG \_\_\_\_\_, residente na  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_, telefone \_\_\_\_\_, e-mail \_\_\_\_\_,  
cargo \_\_\_\_\_, representando a  
instituição \_\_\_\_\_, abaixo assinado, dou meu  
consentimento livre e esclarecido para a realização, nas dependências desta instituição, do  
projeto de pesquisa supracitado, sendo efetuado pelo aluno Arilson Pereira da Silva, do  
Programa de Pós-graduação em Psicologia Social do Instituto de Psicologia da USP.

Assinando este Termo de Consentimento, estou ciente de que:

- 1) O objetivo da pesquisa é investigar as relações interpessoais e a saúde, em sentido amplo, de pessoas que trabalham em horário noturno, explicitando aspectos da intersubjetividade gerada nas relações de trabalho do grupo escolhido.
- 2) Durante o estudo serão efetuadas observações das atividades realizadas pelos participantes, bem como entrevistas individuais ou em grupo que serão gravadas para posterior análise dos dados obtidos;
- 3) Obtive todas as informações necessárias para poder decidir conscientemente sobre a participação dos funcionários desta instituição na referida pesquisa;
- 4) Estou livre para interromper a qualquer momento a participação desta instituição nas atividades da pesquisa;
- 5) Meus dados pessoais serão mantidos em sigilo e os resultados gerais obtidos através da pesquisa serão utilizados apenas para alcançar os objetivos do trabalho, expostos acima,

incluída sua publicação na literatura científica especializada;

6) Poderei contatar o Comitê de Ética em Pesquisa do Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo para apresentar recursos ou reclamações em relação à pesquisa.

Este Termo de Consentimento é feito em duas vias, sendo que uma permanecerá em meu poder e outra com o pesquisador responsável.

São Paulo, \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 2004.

---

Nome e assinatura do representante da instituição

---

Nome e assinatura do pesquisador

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ANTUNES, Ricardo. *Adeus ao trabalho?: ensaio sobre as metamorfoses e a centralidade do mundo do trabalho*. 6. ed. São Paulo: Cortez; Campinas, SP: Editora da Universidade Estadual de Campinas, 1999.

ÁVILA, Lazslo Antônio. *Doenças do corpo e doenças da alma: investigação psicossomática psicanalítica*. São Paulo: Escuta, 2002.

BLEGER, José. *Psico-higiene e psicologia institucional*. Porto Alegre: Artes Médicas, 1984.

BLEGER, José. *Simbiosis y ambigüedad: estudio psicoanalítico*. 3. ed. Buenos Aires: Ed. Paidós, 1975.

BLEGER, José. *Temas de psicologia: entrevista e grupos*. 4. ed. São Paulo: Martins Fontes, 1989.

COSTA, Giovanni. Saúde e trabalho em turnos e noturno. In: FISCHER, Frida Marina; MORENO, Claudia Roberta de C.; ROTENBERG, Lúcia. *Trabalho em turnos e noturno na sociedade 24 horas*. São Paulo: Atheneu, 2004.

DANIELLOU, François et al. Ficção e realidade do trabalho operário. *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*, São Paulo, v. 17, n. 68, p. 7-13, out., nov., dez. 1989.

DAVEL, Eduardo P. B.; VASCONCELLOS, João G. M. de. (Orgs.) *"Recursos" Humanos e subjetividade*. Petrópolis, RJ: Vozes, 1995.

DEJOURS, Christophe. *A loucura do trabalho: estudo de psicopatologia do trabalho*. e. ed. São Paulo: Cortez - Oboré, 1988.

DEJOURS, Christophe. *Addendum*. Da psicopatologia à psicodinâmica do trabalho. In: LANCMAN, Selma, SZNELWAR, Laerte I. (Orgs.) *Christophe Dejours: da psicopatologia à psicodinâmica do trabalho*. Tradução por Franck Soudant. Rio de Janeiro: Fiocruz, Brasília: Paralelo 15, 2004.

DEJOURS, Christophe. *Avant-propos* para a edição brasileira. In: LANCMAN, Selma, SZNELWAR, Laerte I. (Orgs.) *Christophe Dejours: da psicopatologia à psicodinâmica do trabalho*. Tradução por Franck Soudant. Rio de Janeiro: Fiocruz, Brasília: Paralelo 15, 2004.

DEJOURS, Christophe. Por um novo conceito de saúde. *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*, v.14, n. 54, p. 7-11, abril/maio/junho 1986.

DEJOURS, Christophe et al. *Psicodinâmica do trabalho: contribuições da Escola Dejouriana à análise da relação prazer, sofrimento e trabalho*. Tradução por Maria Irene S. Betiol et al. São Paulo: Atlas, 1994.

ENRIQUEZ, Eugène. *A organização em análise*. Tradução por Francisco da Rocha Filho. Petrópolis, RJ: Vozes, 1997.

ENRIQUEZ, Eugène. O trabalho da morte nas instituições. In: KAËS, René et al. Tradução por Joaquim Pereira Neto. *A instituição e as instituições: estudos psicanalíticos*. São Paulo: Casa do Psicólogo, 1991.

FERNANDES, Maria Inês A. A subjetividade à luz de uma teoria de grupos. *Psicologia USP*. São Paulo, vol. 5, n. 1/2, 1994.

FERNANDES, Maria Inês A. *Negatividade e vínculo: a mestiçagem como ideologia*. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2005.

FERNANDES, Maria Inês A. O trabalho psíquico da intersubjetividade. *Psicologia USP*, São Paulo, 2003, vol. 14, n. 3, p. 47-55.

FERNANDES, Maria Inês A. Psicanálise e Psicologia Social na trajetória da construção de uma técnica: o grupo operativo. *Boletim de Psicologia*, São Paulo, v. XLIV, n. 100/101, p. 81-87, 1994.

FERNANDES, Maria Inês A. Saúde Mental: a clausura de um conceito. *Revista USP*, São Paulo, n. 43, p. 90-99, 1999.

FERNANDES, Maria Inês A. Uma nova ordem: narcisismo expandido e interioridade confiscada. In: \_\_\_\_\_, SCARCELLI, Ianni R. e COSTA, Eliane S. (Orgs.). *Fim de século: ainda manicômios?* São Paulo: Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo, 1999.

FERREIRA, Aurélio Buarque de Holanda. *Novo Aurélio século XXI: o dicionário da língua portuguesa*. 3. ed. rev. e ampl. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1999.

FISCHER, Frida Marina. As demandas da sociedade atual: aspectos históricos do desenvolvimento do trabalho em turnos no mundo - conceitos, escalas de trabalho, legislação brasileira. In: \_\_\_\_\_; MORENO, Claudia Roberta de C.; ROTENBERG, Lúcia. *Trabalho em turnos e noturno na sociedade 24 horas*. São Paulo: Atheneu, 2004.

FISCHER, Frida Marina. Fatores individuais e condições de trabalho e de vida na tolerância ao trabalho em turnos. In: \_\_\_\_\_; Claudia Roberta de C.; ROTENBERG, Lúcia. *Trabalho em turnos e noturno na sociedade 24 horas*. São Paulo: Atheneu, 2004.

FREUD, Sigmund. *O mal-estar na civilização*. Tradução por José Octávio de Aguiar Abreu. Rio de Janeiro: Imago, 1997.

GRODDECK, Georg. *Estudos psicanalíticos sobre psicossomática*. São Paulo: Perspectiva, 1992.

GUIRADO, Marlene. *Psicologia Institucional*. São Paulo: EPU, 1987.

HELOANI, José Roberto. *Gestão e organização no capitalismo globalizado: história da manipulação psicológica no mundo do trabalho*. São Paulo: Atlas, 2003.

HELOANI, José Roberto. Organizações qualificantes ou neurotizantes? *Pro-Posições*, São Paulo, v. 8, n. 3 [24], p. 147-152, nov. 1997.

HELOANI, José Roberto, CAPITÃO, Cláudio G. Saúde mental e psicologia do trabalho. *São Paulo em Perspectiva*, v. 17, n. 2, p. 102-108, abr.-jun. 2003.

HELOANI, José Roberto, LANCMAN, Selma. Psicodinâmica do trabalho: o método clínico de intervenção e investigação. *Revista Produção*, São Paulo, v. 14, n. 3, p. 77-86, set./dez. 2004.

KAËS, René. La categoría del intermediario y la articulación psicosocial. *La invención psicoanalítica del grupo*. Buenos Aires: Asociación Argentina de Psicología y Psicoterapia de Grupo, 1994.

KAËS, René. *O grupo e o sujeito do grupo: elementos para uma teoria psicanalítica do grupo*. São Paulo: Casa do Psicólogo, 1997.

KAËS, René. *Os espaços psíquicos comuns e partilhados: transmissão e negatividade*. Tradução por Inesita B. Machado e Pablo C. Godoy Castanho. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2005.

KAËS, René. Realidade psíquica e sofrimento nas instituições. In: \_\_\_\_\_ et al. Tradução por Joaquim Pereira Neto. *A instituição e as instituições: estudos psicanalíticos*. São Paulo: Casa do Psicólogo, 1991.

LANCMAN, Selma. O mundo do trabalho e a psicodinâmica do trabalho. In: LANCMAN, Selma, SZNELWAR, Laerte I. (Orgs.) *Christophe Dejours: da psicopatologia à psicodinâmica do trabalho*. Tradução por Franck Soudant. Rio de Janeiro: Fiocruz, Brasília: Paralelo 15, 2004.

LE GUILLANT et al. A neurose das telefonistas. *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*, v. 12, n. 47, p. 7-11, julho/agosto/setembro 1984.

LOSICER, Eduardo. A pro-cura da subjetividade: a organização pede análise. In: DAVEL, Eduardo P. B.; VASCONCELLOS, João G. M. de. (Orgs.) *"Recursos" Humanos e subjetividade*. Petrópolis, RJ: Vozes, 1995.

MENNA-BARRETO, Luiz. Cronobiologia humana. In: FISCHER, Frida Marina; MORENO, Claudia Roberta de C.; ROTENBERG, Lúcia. *Trabalho em turnos e noturno na sociedade 24 horas*. São Paulo: Atheneu, 2004.

MINAYO, Maria Cecília de S. (Org.) *Pesquisa social: teoria, método e criatividade*. Petrópolis, RJ: Vozes, 1994.

OFFE, Claus. *Capitalismo desorganizado*. São Paulo: Brasiliense, 1985.

PESCUMA, Derna, CASTILHO, Antonio Paulo F. de. *Referências bibliográficas: um guia para documentar suas pesquisas*. 2. ed. São Paulo: Olho d'Água, 2001.

PICHON-RIVIÈRE, Enrique. *O processo grupal*. 4 ed. São Paulo: Martins Fontes, 1991.

PICHON-RIVIÈRE, Enrique. *Teoria do vínculo*. 4 ed. São Paulo: Martins Fontes, 1991.

QUIROGA, Ana P. *Enfoques y perspectivas en psicología social*. Buenos Aires: Ediciones Cinco, 1987.

ROTENBERG, Lúcia. Aspectos sociais da tolerância ao trabalho em turnos e noturno, com ênfase nas questões relacionadas ao gênero. In: FISCHER, Frida Marina; MORENO, Claudia Roberta de C.; \_\_\_\_\_. *Trabalho em turnos e noturno na sociedade 24 horas*. São Paulo: Atheneu, 2004.

ROUCHY, Jean Claude, DESROCHE, Monique Soula. *Instituição e mudança: processo psíquico e organização*. Tradução por Inesita B. Machado. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2005.

SATO, Leny. Prevenção de agravos à saúde do trabalhador: replanejando o trabalho através das negociações cotidianas. *Cadernos de Saúde Pública*, v.18, n.5, p. 1147-1166, setembro/outubro 2002.

SCARCELLI, Ianni R. *Entre o hospício e a cidade: exclusão/inclusão social no campo da saúde mental*. 259 f. Tese (Doutorado em Psicologia) - Instituto de Psicologia, Universidade de São Paulo, São Paulo. 2002.

SELIGMANN-SILVA, Edith. A perspectiva psicossocial do trabalho. *Jornal do Conselho*

*Regional de Psicologia*, São Paulo, ano 11, n. 74, p. 5, out.-nov. 1991.

SELIGMANN-SILVA, Edith. Sociabilidade, trabalho e loucura: repercussões das condições de trabalho sobre a vida familiar. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, Rio de Janeiro, vol. 39, supl. 2, p. 23S-27S, out. 1990.

SELIGMANN-SILVA, Edith. *Desgaste mental no trabalho dominado*. Rio de Janeiro: UFRJ, Cortez, 1994.

SENNETT, Richard. *A corrosão do caráter: as conseqüências pessoais do trabalho no novo capitalismo*. Tradução por Marcos Santarrita. 8. ed. Rio de Janeiro: Record, 2004.

SIQUEIRA, Moema M. de. Gestão de recursos humanos: o enfoque das relações de trabalho. In: GOULART, Íris Barbosa, SAMPAIO, Jáder dos Reis (Orgs.). *Psicologia do trabalho e gestão de recursos humanos: estudos contemporâneos*. São Paulo: Casa do Psicólogo, 1998.

SILVA, Arilson Pereira da. *O psicólogo na área de recursos humanos: foco na identidade*. 182 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia) - Universidade São Marcos, São Paulo, 1999.

SZNELWAR, Laerte Idal. Sobre estes textos da psicodinâmica do trabalho, algumas reflexões. In: LANCMAN, Selma, SZNELWAR, Laerte I. (Orgs.) *Christophe Dejours: da psicopatologia à psicodinâmica do trabalho*. Tradução por Franck Soudant. Rio de Janeiro: Fiocruz, Brasília: Paralelo 15, 2004. .

TARAGANO, Fernando. Introdução. In: PICHON-RIVIÈRE, Enrique. *Teoria do vínculo*. 4 ed. São Paulo: Martins Fontes, 1991.

# Livros Grátis

( <http://www.livrosgratis.com.br> )

Milhares de Livros para Download:

[Baixar livros de Administração](#)

[Baixar livros de Agronomia](#)

[Baixar livros de Arquitetura](#)

[Baixar livros de Artes](#)

[Baixar livros de Astronomia](#)

[Baixar livros de Biologia Geral](#)

[Baixar livros de Ciência da Computação](#)

[Baixar livros de Ciência da Informação](#)

[Baixar livros de Ciência Política](#)

[Baixar livros de Ciências da Saúde](#)

[Baixar livros de Comunicação](#)

[Baixar livros do Conselho Nacional de Educação - CNE](#)

[Baixar livros de Defesa civil](#)

[Baixar livros de Direito](#)

[Baixar livros de Direitos humanos](#)

[Baixar livros de Economia](#)

[Baixar livros de Economia Doméstica](#)

[Baixar livros de Educação](#)

[Baixar livros de Educação - Trânsito](#)

[Baixar livros de Educação Física](#)

[Baixar livros de Engenharia Aeroespacial](#)

[Baixar livros de Farmácia](#)

[Baixar livros de Filosofia](#)

[Baixar livros de Física](#)

[Baixar livros de Geociências](#)

[Baixar livros de Geografia](#)

[Baixar livros de História](#)

[Baixar livros de Línguas](#)

[Baixar livros de Literatura](#)  
[Baixar livros de Literatura de Cordel](#)  
[Baixar livros de Literatura Infantil](#)  
[Baixar livros de Matemática](#)  
[Baixar livros de Medicina](#)  
[Baixar livros de Medicina Veterinária](#)  
[Baixar livros de Meio Ambiente](#)  
[Baixar livros de Meteorologia](#)  
[Baixar Monografias e TCC](#)  
[Baixar livros Multidisciplinar](#)  
[Baixar livros de Música](#)  
[Baixar livros de Psicologia](#)  
[Baixar livros de Química](#)  
[Baixar livros de Saúde Coletiva](#)  
[Baixar livros de Serviço Social](#)  
[Baixar livros de Sociologia](#)  
[Baixar livros de Teologia](#)  
[Baixar livros de Trabalho](#)  
[Baixar livros de Turismo](#)