

ADOCIMENTO PSÍQUICO E CONSTITUCIONALISMO SOCIAL: A SÍNDROME DE BURNOUT COMO INDICADOR DA CRISE INSTITUCIONAL

PSYCHIC ILLNESS AND SOCIAL CONSTITUTIONALISM: BURNOUT SYNDROME AS AN INDICATOR OF INSTITUTIONAL CRISIS

Denise Rodrigues Martins Forti¹

Ana Júlia Martins Lima²

RESUMO

O presente estudo propõe uma análise crítica e interdisciplinar entre o pensamento de Roberto Gargarella sobre o constitucionalismo latino-americano e a Síndrome de Burnout como fenômeno social. A partir da metáfora da “sala de máquinas” da Constituição, argumenta-se que a estrutura de poder das constituições latino-americanas permanece impermeável à efetivação dos direitos sociais, contribuindo diretamente para o adoecimento psíquico de trabalhadores. O estudo adota metodologia qualitativa e bibliográfica, demonstrando que a inércia institucional e a exclusão democrática comprometem a promessa constitucional de trabalho digno e saúde mental. Ao final, propõem-se diretrizes para uma recomposição democrática da estrutura constitucional, compatível com os compromissos assumidos nos textos normativos. O burnout, nesse contexto, é compreendido como sintoma da falência das constituições sociais e da urgência de uma reforma institucional profunda.

Palavras-chave: Síndrome de Burnout; Constitucionalismo Latino-Americano; Direitos Sociais; Gargarella; Sala de Máquinas.

ABSTRACT

This study proposes analyzes a critical and interdisciplinary analysis between Roberto Gargarella's thought on Latin American constitutionalism and Burnout Syndrome as a social phenomenon. Based on the metaphor of the “engine room” of the Constitution, it argues that Latin American constitutions' power structure remains impermeable to enforcing social rights, directly contributing to workers' psychological distress. The study adopts a qualitative and bibliographic methodology, showing that institutional inertia and democratic exclusion undermine the constitutional promise of decent work and mental health. In conclusion, the article proposes guidelines for a democratic restructuring of constitutional architecture in line with the rights guaranteed by law. Burnout, in this context, is understood as a symptom of the failure of social constitutions and the urgent need for structural reform.

Keywords: Burnout Syndrome; Latin American Constitutionalism; Social Rights; Gargarella; Engine Room.

¹ Advogada. Mestranda em Direito pelo Instituto Toledo de Ensino - Bauru. Especialista em Direito Previdenciário, Direito e Processo do Trabalho – FADAP (2008/2009) e Centro Universitário Toledo Prudente (2019/2021)

² Graduada em Direito pelo Centro Universitário Toledo Prudente

1. INTRODUÇÃO

O esgotamento físico e mental vinculado ao trabalho – denominado Síndrome de Burnout – tem se consolidado como uma das principais expressões do sofrimento psíquico nas sociedades contemporâneas. Reconhecida pela Organização Mundial da Saúde (OMS) na Classificação Internacional de Doenças (CID-11) como fenômeno ocupacional³, a síndrome simboliza uma ruptura entre o sujeito e o sentido do trabalho, agravada por estruturas institucionais que se revelam insensíveis às condições reais de existência da classe trabalhadora.

No contexto latino-americano, essa realidade encontra raízes profundas no modelo constitucional herdado do século XIX^{4,5,6}, que, apesar de avanços formais na incorporação de direitos sociais, permanece atrelado a uma estrutura de poder verticalizada e pouco permeável à efetivação das garantias fundamentais. A metáfora da “sala de máquinas da Constituição”, cunhada por Roberto Gargarella⁷, expressa com precisão esse impasse: ao se concentrar na ampliação do catálogo de direitos, o constitucionalismo regional negligenciou a reorganização institucional necessária à sua concretização.

Nesse contexto, surge a questão central que guia este estudo: até que ponto a persistência de uma estrutura institucional pouco democrática e resistente à realização dos direitos sociais contribui para o crescimento da Síndrome de Burnout como um fenômeno estrutural nas sociedades da América Latina? Com base nessa pergunta, o artigo sugere uma análise crítica do burnout não só como uma doença relacionada ao trabalho, mas também como um indicativo de uma crise mais abrangente do constitucionalismo social.

O objetivo principal deste artigo é examinar a Síndrome de Burnout sob a perspectiva do constitucionalismo crítico latino-americano, com ênfase na contribuição teórica de Roberto Gargarella. O estudo investiga como a ineficácia das instituições afeta a garantia dos direitos sociais vinculados ao trabalho e à saúde mental.

Como objetivos específicos, pretende-se: a) situar a Síndrome de Burnout como um fenômeno social ligado à estruturação atual do trabalho; b) analisar o conceito de “sala de máquinas da Constituição” e como ele se aplica ao constitucionalismo latino-americano; c) examinar a diferença entre a previsão normativa dos direitos sociais e sua implementação institucional; d) abordar o burnout como um sinal do fracasso estrutural das instituições sociais em cumprir suas promessas normativas.

A justificativa para este estudo baseia-se na importância teórica e social do assunto. O aumento dos casos de doenças mentais relacionadas ao trabalho,

3 WORLD HEALTH ORGANIZATION. **International classification of diseases for mortality and morbidity statistics (11th Revision – ICD-11)**. Geneva: World Health Organization; 2019. Disponível em: <https://icd.who.int/browse11/l-m/en>

4 ALBERDI, Juan Bautista. **Bases y puntos de partida para la organización política de la República Argentina**. Buenos Aires: Lingua, 2003.

5 HALPERIN-DONGHI, Tulio. **Historia contemporánea de América Latina**. Madrid: Alianza, 1985.

6 ZEA, Leopoldo. **The latin american mind**. Norman: University of Oklahoma Press, 1963.

7 GARGARELLA, Roberto. **Latin american constitutionalism, 1810-2010: the engine room of the Constitution**. Oxford: Oxford University Press, p. 14, 2013.

combinado com a fragilidade das políticas públicas de prevenção e proteção à saúde mental, exige análises que vão além da abordagem individual do problema. Ao relacionar direito constitucional e saúde do trabalhador, o artigo enriquece o debate crítico sobre a eficácia dos direitos sociais e fornece elementos para reconsiderar as estruturas institucionais que sustentam ou comprometem a dignidade do trabalho nas democracias da América Latina.

Dessa forma, o presente artigo propõe uma análise interdisciplinar entre o pensamento de Gargarella sobre o constitucionalismo latino-americano e a Síndrome de Burnout, visando demonstrar como o distanciamento entre os direitos prometidos e as estruturas de poder vigentes contribui para o adoecimento psíquico do trabalhador. Argumenta-se que a inefetividade das garantias constitucionais relacionadas ao trabalho e à saúde mental é, em última instância, consequência da perpetuação de uma arquitetura institucional excludente e burocratizada

A metodologia adotada é qualitativa, com base em revisão bibliográfica crítica de textos jurídicos e médicos, tendo como eixo central o artigo “Constitucionalismo latino-americano: direitos sociais e a sala de máquinas da Constituição”, de Roberto Gargarella. A hipótese central é que a superação do burnout como fenômeno estrutural exige mais do que políticas públicas isoladas: demanda uma reforma profunda da “sala de máquinas” constitucional, a fim de compatibilizar o discurso dos direitos com a realidade institucional.

2. A SÍNDROME DE BURNOUT E A CRISE DO TRABALHO

A Síndrome de Burnout, do inglês “*to burn out*” (queimar até o fim), é atualmente reconhecida como uma condição relacionada exclusivamente ao contexto ocupacional. De acordo com a Classificação Internacional de Doenças (CID-11)⁸, trata-se de uma síndrome resultante de estresse crônico no trabalho que não foi gerenciado com êxito, caracterizando-se por três dimensões: sensação de esgotamento, distanciamento mental do trabalho (cinismo) e redução da eficácia profissional.

Contudo, limitar o burnout a uma condição médica isolada seria ignorar seu profundo enraizamento nas estruturas econômicas, sociais e institucionais^{9,10} do mundo contemporâneo. Em especial nas sociedades capitalistas periféricas – como as latino-americanas – a organização do trabalho mantém traços de exploração e precariedade herdados de sistemas autoritários, e pouco compatíveis com a promessa constitucional de dignidade da pessoa humana e proteção integral à saúde¹¹.

8 WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Burn-out [QD85]**. In: *International classification of diseases for mortality and morbidity statistics (11th Revision – ICD-11)*. Geneva: World Health Organization; 2019. Disponível em: <https://icd.who.int/browse11/l-m/en#/http://id.who.int/icd/entity/129180281>

9 ETCHEMENDY, Sebastián. **Models of economic liberalization**: business, workers and compensation in Latin America, Spain, and Portugal. New York: Cambridge University Press, 2011.

10 SVAMPA, Maristella. **Cambio de época: movimientos sociales y poder político**. Argentina: Clacso-Siglo Veintiuno, 2008.

11 A Organização Mundial da Saúde (OMS) classifica a Síndrome de Burnout na Classificação Internacional de Doenças (CID-11) como um fenômeno ocupacional decorrente de estresse crônico no trabalho que não foi adequadamente gerenciado. Essa condição é caracterizada por três dimensões: (i) sensação de exaustão ou esgotamento de energia; (ii) aumento da distância mental em relação ao trabalho ou sentimentos de negativismo ou cinismo ligado à atividade profissional; e (iii) diminuição da eficácia no trabalho. A OMS enfatiza que o burnout é um termo específico para o ambiente de trabalho, não devendo ser usado para descrever experiências em

Ao contrário de transtornos mentais clássicos, como depressão maior ou transtornos de ansiedade generalizada, a síndrome de burnout tem uma definição conceitual que está diretamente relacionada à organização e às condições de trabalho. Embora aqueles possam ser resultado de diversos fatores biopsicossociais, o burnout surge especificamente da exposição prolongada a ambientes de trabalho caracterizados por sobrecarga, falta de reconhecimento, pressão por resultados e precarização institucional. Essa diferenciação é essencial para prevenir a individualização da dor e para enfatizar a natureza estrutural e ocupacional da doença analisada neste estudo¹².

Nesse contexto, o trabalhador começa a assimilar as demandas do sistema produtivo, transformando a pressão externa em autoexploração. A lógica da performance constante, da disponibilidade ininterrupta e da autovigilância converte o fracasso estrutural em culpa pessoal, gerando indivíduos esgotados que adoecem sem identificar a raiz social de seu sofrimento. Portanto, o burnout não é resultado da falta de esforço, mas sim do excesso de positividade e da falta de habilidade para definir limites em um cenário que considera o esgotamento como uma virtude produtiva¹³.

O fortalecimento dessas dinâmicas de trabalho não pode ser separado da reestruturação econômica impulsionada pela consolidação do neoliberalismo como uma lógica política e produtiva. Esse modelo começou a reconfigurar o papel do Estado, flexibilizar os direitos trabalhistas e subordinar a estruturação do trabalho à lógica da competitividade constante e da maximização do rendimento individual a partir dos anos 1970¹⁴. Esse rearranjo institucional intensificou a deterioração das relações de trabalho, enfraquecendo os sistemas de proteção social e transferindo ao indivíduo os riscos associados ao processo produtivo, incluindo os ligados à saúde mental.

A crise do trabalho na modernidade está associada não apenas à intensificação das exigências produtivistas, mas à erosão de vínculos subjetivos entre o indivíduo e a finalidade do trabalho. No plano simbólico, a ausência de reconhecimento, de participação e de condições dignas mina a identidade do trabalhador. No plano material, a hipercompetitividade, a insegurança contratual, o desemprego estrutural e a sobrecarga são fatores de adoecimento amplamente documentados por estudos na área da psicodinâmica do trabalho.

Essa desconexão entre o sujeito e o meio laboral evidencia a falência das garantias constitucionais^{15,16} quando estas não encontram respaldo em mecanismos institucionais de aplicação eficaz. A ausência de políticas públicas preventivas, de fiscalização trabalhista ativa e de um sistema judicial ágil e protetivo contribui para o

outros aspectos da vida (WHO, 2019).

12 WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Burn-out [QD85]**. In: *International classification of diseases for mortality and morbidity statistics (11th Revision – ICD-11)*. Geneva: World Health Organization; 2019. Disponível em: <https://icd.who.int/browse11/l-m/en#/http://id.who.int/icd/entity/129180281>

13 HAN, Byung-Chul. A sociedade do cansaço. Petrópolis: Vozes, 2017.

14 HARVEY, David. O neoliberalismo: história e implicações. São Paulo: Loyola, 2008.

15 PISARELLO, Gerardo. **Un largo temidor**: historia y crítica del constitucionalismo antidemocrático. Quito: Corte Constitucional para el Período de Transición, 2011.

16 SAMPAY, Arturo Enrique. **Constitución y pueblo**. Buenos Aires: Instituto Superior Dr. Arturo Jauretche, 1973.

agravamento dos casos de burnout, transformando o que deveria ser uma exceção em uma constante da vida produtiva moderna.

Ao analisar esse fenômeno sob a ótica crítica, compreende-se que a síndrome de burnout não pode ser enfrentada unicamente por medidas paliativas de saúde individual. Trata-se de uma patologia que denuncia, por vias psicossociais, a falência do pacto constitucional que promete trabalho digno, segurança e bem-estar ao cidadão.

Em outras palavras, o burnout é também sintoma de um Estado ausente no cotidiano do trabalhador, um sinal de que a “sala de máquinas” permanece trancada à participação democrática e à proteção efetiva dos direitos sociais.

3. CONSTITUCIONALISMO SOCIAL E A “SALA DAS MÁQUINAS”

A Constituição da República Federativa do Brasil de 1988 representou¹⁷, no cenário latino-americano, um marco de redemocratização e de afirmação dos direitos fundamentais, com destaque para os direitos sociais. A centralidade da dignidade da pessoa humana (art. 1º, III) como um dos fundamentos da República e a consagração do direito à saúde, ao trabalho digno, à moradia, à educação e à assistência social (arts. 6º, 7º e 196) formam um núcleo normativo que, em tese, deveria assegurar condições materiais mínimas para o pleno desenvolvimento humano.

Os direitos sociais, conforme formulados na Constituição, não se restringem a declarações de boas intenções. Trata-se de normas de eficácia jurídica plena e imediata, cujo cumprimento constitui obrigação indeclinável do Estado. A jurisprudência do Supremo Tribunal Federal (STF) tem, reiteradamente, reconhecido a natureza vinculante desses dispositivos^{18,19}, especialmente no campo da saúde e da seguridade social, ainda que com avanços tímidos no plano orçamentário e administrativo²⁰.

No entanto, a distância entre o texto constitucional e a realidade vivida por milhões de brasileiros escancara uma falha estrutural na efetividade desses direitos. Essa lacuna não se dá apenas pela omissão legislativa ou pela escassez de recursos, mas pela permanência de uma lógica institucional fundada em uma estrutura de poder centralizadora, burocratizada e impermeável à participação popular. Como destaca Gargarella, os direitos sociais foram incorporados^{21,22} nas constituições

17 BRASIL. Constituição (1988). **Constituição da República Federativa do Brasil**: texto consolidado até a Emenda Constitucional nº 132 de 20 dez. 2023. Brasília, DF: Senado Federal, Secretaria Especial de Informática, 2025.

18 GAURI, Varun; BRINKS, Daniel M. **Courting Social Justice**: judicial enforcement of social and economic rights in the developing world. New York: Cambridge University Press, 2008.

19 WILSON, Bruce B. **Changing dynamics: the political impact of Costa Rica's Constitutional Court**. In: ANGELL, Alan; SCHJOLDEN, Line; SIEDER, Rachel. The judicialization of politics in Latin America. New York: Palgrave Macmillan, 2005.

20 Sobre a natureza vinculante do dever estatal de concretizar o direito à saúde, ver STF, STA 175/CE, rel. Min. Gilmar Mendes, j. 17 mar. 2010, e STF, Pet 1246-1/SC, rel. Min. Celso de Mello, j. 28 mar. 1997, que reconhecem a possibilidade de intervenção judicial para assegurar o mínimo existencial, mesmo diante de alegações orçamentárias. No âmbito da seguridade social, cf. STF, RE 576.967/PR, rel. Min. Roberto Barroso, j. 4 ago. 2020 (Tema 72 da repercussão geral), e STF, RE 700.922/RS, rel. Min. Edson Fachin, j. 17 ago. 2017 (Tema 651), que fixam teses de observância obrigatória pela administração tributária federal quanto à incidência de contribuições sociais.

21 GARGARELLA, Roberto. **Latin american constitutionalism, 1810-2010**: the engine room of the Constitution. Oxford: Oxford University Press, p. 14, 2013.

22 _____, **Recientes reformas constitucionales en América Latina**: una primera aproximación. Desarrollo Económico, v. 36, n. 144, p. 971-990, jan./mar. 1997. Disponível em: <http://www.jstor.org/stable/3467134>. Acesso em: 16 fev. 2025.

latino-americanas, mas permaneceram subordinados a um modelo de Estado que não foi substancialmente alterado desde o século XIX.

A dignidade da pessoa humana, nesse cenário, transforma-se em um enunciado retórico diante de políticas públicas frágeis, de estruturas laborais precárias e da ausência de mecanismos efetivos de fiscalização e reparação¹⁶. O esvaziamento prático dos direitos sociais torna o trabalhador refém de um sistema que naturaliza o adoecimento mental como ônus individual do sucesso profissional – exatamente o tipo de lógica que alimenta a incidência da síndrome de burnout.

A análise da Constituição sob essa perspectiva revela que a garantia formal de direitos não é suficiente quando os mecanismos de poder que deveriam viabilizá-los permanecem intocados¹². A proteção da saúde do trabalhador, por exemplo, exige mais do que previsão normativa: demanda políticas públicas robustas, instituições acessíveis e mecanismos eficazes de prevenção e responsabilização. Sem isso, os direitos sociais se tornam promessas frustradas e o Estado de Direito perde sua razão de ser.

A expressão “sala de máquinas da Constituição”, proposta por Roberto Gargarella, constitui uma das mais potentes críticas contemporâneas ao constitucionalismo latino-americano. Trata-se de uma metáfora que alude ao núcleo estrutural das constituições – o conjunto de dispositivos que regula a distribuição do poder entre os órgãos do Estado, os mecanismos de controle e, sobretudo, os limites e possibilidades da ação democrática. Segundo Gargarella²³, é nesse espaço oculto, onde se definem as engrenagens do poder real, que reside o verdadeiro obstáculo à efetivação dos direitos sociais.

O autor aponta que as reformas constitucionais ocorridas entre os séculos XX e XXI na América Latina se concentraram em expandir o catálogo de direitos fundamentais, especialmente os sociais, culturais e ambientais. Contudo, essas inovações não foram acompanhadas de transformações institucionais capazes de garantir sua aplicação. A estrutura estatal permaneceu essencialmente verticalizada, presidencialista, centralizadora e tecnocrática, reproduzindo o modelo de poder herdado das constituições liberais-conservadoras do século XIX.

Essa permanência de um núcleo decisório oligárquico^{24,25} – que Gargarella denomina de “não reformado” – compromete a funcionalidade do restante do texto constitucional. A metáfora da sala de máquinas revela, assim, a contradição entre um discurso normativo progressista e uma prática institucional conservadora. Os direitos, ainda que formalmente reconhecidos, tornam-se simbólicos diante de um aparato estatal que os neutraliza ou ignora.

23 GARGARELLA, Roberto. **Latin american constitutionalism, 1810-2010: the engine room of the Constitution**. Oxford: Oxford University Press, p. 14, 2013.

24 NINO, Carlos Santiago. **Hyperpresidentialism and constitutional reform in Argentina**. In: LJPHART, Arend; WAISMAN, Carlos H. *Institutional design in new democracies: Eastern Europe and Latin America*. New York: Westview Press, 1996.

25 BARROS, Robert. **Constitutionalism and dictatorship: Pinochet, the Junta, and the 1980 Constitution**. New York: Cambridge University Press, 2002.

No campo do direito ao trabalho e à saúde mental, essa crítica adquire contornos ainda mais graves. A ausência de espaços reais de deliberação democrática, de participação cidadã e de controle social sobre as políticas públicas impede que os sujeitos afetados por condições laborais adoecedoras encontrem canais efetivos de resistência e reparação. O esgotamento institucional – marcado pela lentidão judicial, pelo tecnicismo excessivo e pela escassez de políticas estruturais – ecoa diretamente no esgotamento psíquico do trabalhador.

Gargarella critica a falsa esperança reformista que comemora a expansão formal dos direitos fundamentais sem abordar a raiz estrutural do problema: a existência de um aparato estatal rígido, centralizado e pouco receptivo à participação democrática, que funciona em desacordo com os princípios de justiça social²⁶. Análises que indicam que a positivação de direitos sociais no constitucionalismo latino-americano ocorreu sem a transformação correspondente das estruturas decisórias responsáveis por sua implementação corroboram essa crítica²⁷.

A preservação dessa estrutura institucional centralizadora torna a chamada “sala de máquinas” da Constituição inacessível para a maior parte da população, o que impede que os comandos normativos se transformem em políticas públicas efetivas e em garantias concretas no dia a dia social²⁸. Pesquisas acerca da judicialização e da implementação dos direitos sociais em áreas periféricas apontam que essa discrepância entre norma e realidade gera frustrações coletivas duradouras, especialmente entre os grupos mais vulneráveis, que começam a perceber os direitos como promessas constantemente não cumpridas²⁹.

Nesse contexto, o adoecimento psíquico ligado ao trabalho, como a síndrome de burnout, pode ser visto como uma expressão concreta, tanto no corpo quanto na subjetividade do trabalhador, da falência de um modelo constitucional que garante direitos, mas não altera as estruturas institucionais que os tornam efetivos.

4. **BURNOUT COMO SINTOMA DO FRACASSO INSTITUCIONAL DAS CONTRIBUIÇÕES SOCIAIS E RECOMPOSIÇÃO SOCIAL NA “SALA DE MÁQUINAS”**

A síndrome de burnout, ao ultrapassar os limites da clínica psicológica^{30,31}, revela-se como um fenômeno social que denuncia a insuficiência do aparato institucional em garantir as promessas constitucionais de dignidade, saúde e trabalho decente.

26 GARGARELLA, Roberto. *Latin american constitutionalism, 1810-2010: the engine room of the Constitution*. Oxford: Oxford University Press, p. 14, 2013.

27 PISARELLO, Gerardo. *Un largo temidor: historia y crítica del constitucionalismo antidemocrático*. Quito: Corte Constitucional para el Período de Transición, 2011.

28 NINO, Carlos Santiago. *Hyperpresidentialism and constitutional reform in Argentina*. In: LIJPHART, Arend; WAISMAN, Carlos H. *Institutional design in new democracies: Eastern Europe and Latin America*. New York: Westview Press, 1996.

29 GAURI, Varun; BRINKS, Daniel M. *Courting Social Justice: judicial enforcement of social and economic rights in the developing world*. New York: Cambridge University Press, 2008.

30 GARGARELLA, Roberto. *Latin american constitutionalism, 1810-2010: the engine room of the Constitution*. Oxford: Oxford University Press, p. 14, 2013.

31 PISARELLO, Gerardo. *Un largo temidor: historia y crítica del constitucionalismo antidemocrático*. Quito: Corte Constitucional para el Período de Transición, 2011.

Trata-se de um reflexo direto da ineficácia das constituições sociais latino-americanas, que, conforme aponta Gargarella, não lograram alcançar a “sala de máquinas” da organização estatal e, por consequência, deixaram de proporcionar os meios efetivos para a realização dos direitos que enunciam.

O colapso institucional, evidenciado pelo aumento do burnout, se manifesta em várias dimensões e pode ser deduzido a partir da convergência entre dados institucionais, reconhecimento normativo internacional e análises críticas sobre a efetividade dos direitos sociais. Ao classificar o burnout como um fenômeno ocupacional na CID-11, a Organização Mundial da Saúde (OMS) confirma oficialmente o papel central do trabalho na origem do adoecimento psíquico contemporâneo, movendo a questão do âmbito puramente individual para o contexto estrutural e organizacional³².

No Brasil, o aumento dos afastamentos do trabalho por problemas mentais e comportamentais, além da crescente judicialização de questões ligadas à saúde mental do trabalhador, mostram que as políticas públicas de prevenção são insuficientes e que as estruturas estatais de proteção social são frágeis. Isso é especialmente evidente nas áreas de seguridade social e fiscalização das condições de trabalho³³. Esse contexto evidencia uma discrepância entre a garantia constitucional de proteção à saúde e ao trabalho digno e a realidade institucional enfrentada pelos trabalhadores.

Gargarella³⁴, sob a ótica do constitucionalismo crítico, evidencia que a inclusão formal de direitos sociais nas constituições da América Latina não foi acompanhada pela transformação necessária na estrutura de poder do Estado, mantendo-se uma “sala de máquinas” inacessível à participação democrática e à realização efetiva desses direitos. A persistência de uma estrutura institucional centralizada, burocrática e pouco responsiva contribui diretamente para a normalização do sofrimento psicológico no trabalho, transformando o burnout em um sintoma frequente da deterioração das instituições sociais.

Assim, o aumento da síndrome de burnout não pode ser entendido apenas como consequência de fatores individuais ou organizacionais isolados. Trata-se de uma manifestação concreta de um colapso institucional mais abrangente, em que a falta de políticas públicas sólidas, a precarização das relações de trabalho e a ineficácia dos direitos sociais atuam de forma integrada, corroborando o diagnóstico crítico apresentado neste estudo³⁵.

32 WORLD HEALTH ORGANIZATION. **International classification of diseases for mortality and morbidity statistics (11th Revision – ICD-11)**. Geneva: World Health Organization; 2019. Disponível em: <https://icd.who.int/browse11/l-m/en>

33 BRASIL. Constituição (1988). **Constituição da República Federativa do Brasil**: texto consolidado até a Emenda Constitucional nº 132 de 20 dez. 2023. Brasília, DF: Senado Federal, Secretaria Especial de Informática, 2025.

34 GARGARELLA, Roberto. **Latin american constitutionalism, 1810-2010**: the engine room of the Constitution. Oxford: Oxford University Press, p. 14, 2013.

35 PISARELLO, Gerardo. **Un largo temidor**: historia y crítica del constitucionalismo antidemocrático. Quito: Corte Constitucional para el Período de Transición, 2011.

No âmbito normativo, nota-se uma inclinação para a hipernormatividade, que se manifesta pela multiplicação de normas que asseguram direitos sociais, sem a devida estrutura técnica, financeira e institucional necessária para sua implementação eficaz. A Constituição da República Federativa do Brasil de 1988 estabeleceu um extenso e avançado conjunto de direitos sociais, como o direito à saúde, ao trabalho digno e à redução dos riscos relacionados ao trabalho (artigos 6º, 7º e 196), impondo ao Estado responsabilidades diretas na área da proteção social³⁶.

No entanto, a aplicação desses comandos constitucionais é restringida por estruturas administrativas enfraquecidas, falta crônica de recursos para as políticas públicas e deficiência dos mecanismos de fiscalização e prevenção. No contexto da saúde do trabalhador, por exemplo, apesar de haver normas que preveem ações preventivas e de vigilância em saúde, nota-se a deterioração dos serviços públicos especializados, a limitada abrangência das políticas de saúde mental e os desafios na integração dos sistemas de saúde, previdência e trabalho.

Essa separação entre norma e efetividade demonstra que a criação de leis e normas constitucionais não foi acompanhada da reestruturação institucional necessária para tornar os direitos aplicáveis. Gargarella³⁷ destaca que esse é um fenômeno comum no constitucionalismo latino-americano: enquanto o discurso normativo dos direitos se expande, a estrutura decisória e administrativa do século XIX permanece inalterada, o que dificulta a efetivação das garantias sociais.

Nesse cenário, a hipernormatividade brasileira atua de maneira paradoxal: embora reconheça formalmente direitos fundamentais amplos, impõe ao indivíduo a responsabilidade de lidar com as consequências de sua não aplicação. Em relação ao burnout, isso significa a normalização do adoecimento mental como uma questão privada do trabalhador, mesmo com a presença de um sólido arcabouço constitucional que, em teoria, deveria evitar essas circunstâncias e garantir uma proteção institucional eficaz.

No plano administrativo, observa-se a precarização das estruturas públicas de fiscalização das condições de trabalho e de atendimento em saúde mental. E, no plano judicial, impera a morosidade, o formalismo^{38,39} e, muitas vezes, o descrédito quanto à prova da doença psíquica como fundamento de incapacidade laborativa.

Para o trabalhador que sofre de burnout, o sistema se mostra ausente e, por vezes, hostil. Ele é responsabilizado por não suportar as pressões, por não se adaptar ao ritmo imposto pelo mercado, por não corresponder às expectativas produtivas. A síndrome, embora reconhecida como doença ocupacional, ainda encontra

36 BRASIL. Constituição (1988). **Constituição da República Federativa do Brasil**: texto consolidado até a Emenda Constitucional nº 132 de 20 dez. 2023. Brasília, DF: Senado Federal, Secretaria Especial de Informática, 2025.

37 GARGARELLA, Roberto. **Latin american constitutionalism, 1810-2010**: the engine room of the Constitution. Oxford: Oxford University Press, p. 14, 2013.

38 DOMINGO, Pilar; SIEDER, Rachel. **Rule of law in Latin America**: the international promotion of judicial reform. Miami, 2011. Disponível em: <https://www.jstor.org/stable/pdf/3177069.pdf>. Acesso em: 16 nov. 2025.

39 WILSON, Bruce B. **Changing dynamics: the political impact of Costa Rica's Constitutional Court**. In: ANGELL, Alan; SCHJOLDEN, Line; SIEDER, Rachel. **The judicialization of politics in Latin America**. New York: Palgrave Macmillan, 2005.

resistências nas perícias administrativas do INSS e nos tribunais, que tendem a subestimar o sofrimento mental em comparação a doenças físicas evidentes. É nesse cenário que o burnout assume um papel sintomático: o de denunciar o divórcio entre a Constituição formal e a realidade institucional vivida.

O fracasso das constituições sociais reside^{40,41}, portanto, em sua incapacidade de transformar a estrutura de poder que perpetua desigualdades. A permanência do hiperpresidencialismo, da centralização orçamentária e da exclusão das massas populares dos processos decisórios tornam o discurso dos direitos uma ficção para grande parte da população. E é precisamente esse abismo entre o prometido e o vivido que adoece, frustra e aliena o sujeito trabalhador.

É necessário compreender que o burnout não é apenas uma falha do indivíduo frente às exigências do mundo do trabalho. É, sobretudo, um sintoma de uma engrenagem estatal disfuncional, que naturaliza o sofrimento, negligência a escuta e reduz o sujeito a um número estatístico no sistema previdenciário ou a um diagnóstico genérico nos prontuários médicos. Enfrentar o burnout, portanto, implica repensar os fundamentos institucionais do Estado e abrir, de forma radical, as portas da “sala de máquinas” à participação democrática, à proteção social e ao cuidado com a vida.

Para superar a síndrome de burnout como um fenômeno estrutural, é necessário repensar profundamente a forma como os direitos sociais são entendidos e implementados no contexto do constitucionalismo latino-americano. A crítica estrutural ao modelo atual indica que apenas expandir o catálogo de direitos fundamentais não é suficiente para assegurar sua aplicação prática. Isso se deve ao fato de que a estrutura institucional do Estado permaneceu quase inalterada desde o século XIX, mantendo padrões de decisão centralizados e excludentes^{42,43}. Nesse contexto, a continuidade de uma “sala de máquinas” que não permite a participação democrática impede a efetivação dos direitos sociais e contribui para a perpetuação de formas estruturais de sofrimento no ambiente de trabalho.

Uma primeira diretriz essencial para lidar com essa situação é a descentralização do poder político e financeiro, possibilitando que as instâncias locais de governo e as comunidades diretamente afetadas pelas políticas públicas possam participar de sua criação e implementação. A tendência dos regimes hiperpresidencialistas da América Latina de concentrar excessivamente o poder decisório geralmente resulta em Estados que se afastam das realidades sociais e respondem de forma insatisfatória às demandas dos trabalhadores, especialmente no que diz respeito às políticas de prevenção em saúde e proteção social^{44,45}.

40 SAYEG HELÚ, Jorge. **El constitucionalismo social mexicano: la integración constitucional de México (1808–1988)**. 2. ed. México: Fondo de Cultura Económica, 1987.

41 CAVAROZZI, Marcelo; MEDINA, Juan Manuel Abal. **El asedio a la política: los partidos latinoamericanos en la era neoliberal**. Argentina: HomoSapiens, 2005.

42 GARGARELLA, Roberto. **Latin american constitutionalism, 1810–2010: the engine room of the Constitution**. Oxford: Oxford University Press, p. 14, 2013.

43 NINO, Carlos Santiago. **Hyperpresidentialism and constitutional reform in Argentina**. In: LIJPHART, Arend; WAISMAN, Carlos H. *Institutional design in new democracies: Eastern Europe and Latin America*. New York: Westview Press, 1996.

44 NINO, Carlos Santiago. **Hyperpresidentialism and constitutional reform in Argentina**. In: LIJPHART, Arend; WAISMAN, Carlos H. *Institutional design in new democracies: Eastern Europe and Latin America*. New York: Westview Press, 1996.

45 CAVAROZZI, Marcelo; MEDINA, Juan Manuel Abal. **El asedio a la política: los partidos latinoamericanos en la era neoliberal**.

Em segundo lugar, é fundamental o fortalecimento dos mecanismos de participação popular nas instituições. Vivências de democracia participativa, como conselhos setoriais, audiências públicas e processos deliberativos abertos, não devem ser tratadas como ferramentas periféricas ou apenas consultivas, mas sim ocupar uma posição central na dinâmica constitucional. A efetividade dos direitos sociais depende da participação da sociedade civil organizada nos processos decisórios do governo, caso contrário, os direitos podem se tornar apenas declarações formais desconectadas das necessidades reais da população^{46, 47}.

Uma outra dimensão essencial dessa reestruturação institucional está relacionada à reforma do sistema de justiça, particularmente no que tange à seguridade social e ao direito do trabalho. A lentidão dos processos, o excesso de formalismo e a dificuldade em reconhecer a natureza ocupacional das doenças psíquicas evidenciam limitações estruturais que enfraquecem a proteção do trabalhador. A literatura crítica indica que sistemas judiciais com pouca especialização e desconectados da realidade social geralmente reproduzem desigualdades e enfraquecem a força normativa dos direitos sociais garantidos constitucionalmente^{48, 49}.

Ademais, é essencial criar políticas públicas sólidas de proteção à saúde mental, com foco na prevenção, para lidar com o aumento da incidência de burnout. O combate ao adoecimento psíquico ligado ao trabalho não deve se limitar a estratégias individualistas; é imprescindível agir sobre a mentalidade produtivista, os ritmos de trabalho excessivos e as condições organizacionais que contribuem para o esgotamento. A falta de políticas estruturais nesse campo ressalta, novamente, a discrepância entre o discurso normativo dos direitos sociais e a habilidade institucional de implementá-los^{50, 51}.

Em suma, a efetividade dos direitos sociais requer a criação de um novo acordo constitucional, fundamentado na harmonia entre a estrutura de poder do Estado e a função social da Constituição. Enquanto a estrutura institucional estiver desconectada dos compromissos normativos estabelecidos, os direitos continuarão sendo vistos como promessas retóricas, e o sofrimento dos trabalhadores continuará sendo considerado um efeito colateral inevitável do sistema econômico atual. Assim, a reconstituição da “sala de máquinas” não é vista como uma utopia abstrata, mas como uma necessidade histórica e jurídica para a realização da justiça social e da dignidade humana no contexto do constitucionalismo latino-americano^{52, 53}.

Argentina: HomoSapiens, 2005.

46 SAMPAY, Arturo Enrique. **Constitución y pueblo**. Buenos Aires: Instituto Superior Dr. Arturo Jauretche, 1973.

47 PISARELLO, Gerardo. **Un largo termidor: historia y crítica del constitucionalismo antidemocrático**. Quito: Corte Constitucional para el Período de Transición, 2011.

48 GAURI, Varun; BRINKS, Daniel M. **Courting Social Justice: judicial enforcement of social and economic rights in the developing world**. New York: Cambridge University Press, 2008.

49 WILSON, Bruce B. **Changing dynamics: the political impact of Costa Rica's Constitutional Court**. In: ANGELL, Alan; SCHJOLDEN, Line; SIEDER, Rachel. *The judicialization of politics in Latin America*. New York: Palgrave Macmillan, 2005.

50 PISARELLO, Gerardo. **Un largo termidor: historia y crítica del constitucionalismo antidemocrático**. Quito: Corte Constitucional para el Período de Transición, 2011.

51 GARGARELLA, Roberto. **Latin american constitutionalism, 1810-2010: the engine room of the Constitution**. Oxford: Oxford University Press, p. 14, 2013.

52 GARGARELLA, Roberto. **Latin american constitutionalism, 1810-2010: the engine room of the Constitution**. Oxford: Oxford University Press, p. 14, 2013.

53 SAMPAY, Arturo Enrique. **Constitución y pueblo**. Buenos Aires: Instituto Superior Dr. Arturo Jauretche, 1973.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir da análise crítica do pensamento de Roberto Gargarella e da realidade brasileira marcada pelo adoecimento massivo de trabalhadores, este artigo demonstrou que a Síndrome de Burnout transcende a esfera da saúde individual para se inscrever como sintoma de um fracasso constitucional coletivo. A promessa de um Estado Democrático de Direito, orientado pela dignidade da pessoa humana e pela centralidade dos direitos sociais, não se concretiza quando o núcleo organizacional do poder permanece impermeável às necessidades da maioria da população.

O diagnóstico de Gargarella sobre a “sala de máquinas” trancada da Constituição revela o cerne da disfunção institucional latino-americana: declarações generosas de direitos coabitam com estruturas de poder autorreferentes, tecnocráticas e excludentes. A realidade dos trabalhadores com burnout escancara essa contradição. Doença reconhecida pela ciência e pelos organismos internacionais, mas ainda desconsiderada por sistemas previdenciários e judiciais que operam sob lógicas cartoriais, economicistas e desumanizadas.

Para além do reconhecimento normativo do burnout, é preciso desmontar os alicerces da cultura institucional que o tolera, ignora ou invisibiliza. Isso significa enfrentar a precarização do trabalho, democratizar a elaboração e o controle das políticas públicas e garantir canais reais de escuta, acolhimento e reparação para os sujeitos adoecidos. Significa, sobretudo, exigir coerência entre as seções de direitos das constituições e as engrenagens que determinam sua aplicação ou sabotagem.

A tarefa que se impõe não é meramente jurídica: é política, ética e civilizatória. Reformar a “sala de máquinas” da Constituição não se limita a alterar dispositivos legais, mas demanda uma mudança de paradigma sobre o que se entende por cidadania, bem-estar e justiça. Os trabalhadores não adoecem por fraqueza moral, mas por serem empurrados a limites que a própria Constituição deveria impedir.

Assim, ao colocar a síndrome de burnout como lente de análise do constitucionalismo latino-americano, este artigo propõe um reposicionamento radical do debate sobre a efetividade dos direitos sociais. A cura não virá apenas dos consultórios, mas da coragem coletiva de abrir, reformar e devolver ao povo o controle da sala de máquinas. Sem isso, os direitos continuarão sendo ruído institucional, e o silêncio do Estado, cúmplice do sofrimento.

REFERÊNCIAS

ALBERDI, Juan Bautista. **Bases y puntos de partida para la organización política de la República Argentina**. Buenos Aires: Lingua, 2003.

BARROS, Robert. **Constitutionalism and dictatorship: Pinochet, the Junta, and the 1980 Constitution**. New York: Cambridge University Press, 2002.

BRASIL. Constituição (1988). **Constituição da República Federativa do Brasil**: texto consolidado até a Emenda Constitucional nº 132 de 20 dez. 2023. Brasília, DF: Senado Federal, Secretaria Especial de Informática, 2025.

CAVAROZZI, Marcelo; MEDINA, Juan Manuel Abal. **El asedio a la política: los partidos latinoamericanos en la era neoliberal**. Argentina: HomoSapiens, 2005.

DOMINGO, Pilar; SIEDER, Rachel. **Rule of law in Latin America: the international promotion of judicial reform**. Miami, 2011. Disponível em: <https://www.jstor.org/stable/pdf/3177069.pdf>. Acesso em: 16 nov. 2025.

ETCHEMENDY, Sebastián. **Models of economic liberalization: business, workers and compensation in Latin America, Spain, and Portugal**. New York: Cambridge University Press, 2011.

GARGARELLA, Roberto. **Recientes reformas constitucionales en América Latina: una primera aproximación**. Desarrollo Económico, v. 36, n. 144, p. 971-990, jan./mar. 1997. Disponível em: <http://www.jstor.org/stable/3467134>. Acesso em: 16 fev. 2025.

_____. **Latin american constitutionalism, 1810-2010: the engine room of the Constitution**. Oxford: Oxford University Press, p. 14, 2013.

GAURI, Varun; BRINKS, Daniel M. **Courting Social Justice: judicial enforcement of social and economic rights in the developing world**. New York: Cambridge University Press, 2008.

HALPERIN-DONGHI, Tulio. **Historia contemporánea de América Latina**. Madrid: Alianza, 1985.

HAN, Byung-Chul. **A sociedade do cansaço**. Petrópolis: Vozes, 2017.

HARVEY, David. **O neoliberalismo: história e implicações**. São Paulo: Loyola, 2008.

NINO, Carlos Santiago. **Hyperpresidentialism and constitutional reform in Argentina**. In: LIJPHART, Arend; WAISMAN, Carlos H. Institutional design in new democracies: Eastern Europe and Latin America. New York: Westview Press, 1996.

PISARELLO, Gerardo. **Un largo termidor: historia y crítica del constitucionalismo antidemocrático**. Quito: Corte Constitucional para el Período de Transición, 2011.

SAMPAY, Arturo Enrique. **Constitución y pueblo**. Buenos Aires: Instituto Superior Dr. Arturo Jauretche, 1973.

SAYEG HELÚ, Jorge. **El constitucionalismo social mexicano: la integración constitucional de México (1808–1988)**. 2. ed. México: Fondo de Cultura Económica, 1987.

SVAMPA, Maristella. **Cambio de época: movimientos sociales y poder político**. Argentina: Clacso-Siglo Veintiuno, 2008.

WILSON, Bruce B. **Changing dynamics: the political impact of Costa Rica's Constitutional Court**. In: ANGELL, Alan; SCHJOLDEN, Line; SIEDER, Rachel. The judicialization of politics in Latin America. New York: Palgrave Macmillan, 2005.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Burn-out [QD85]**. In: *International classification of diseases for mortality and morbidity statistics (11th Revision – ICD-11)*. Geneva: World Health Organization; 2019. Disponível em: <https://icd.who.int/browse11/l-m/en#/http://id.who.int/icd/entity/129180281>.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **International classification of diseases for mortality and morbidity statistics (11th Revision – ICD-11)**. Geneva: World Health Organization; 2019. Disponível em: <https://icd.who.int/browse11/l-m/en>.

ZEI, Leopoldo. **The latin american mind**. Norman: University of Oklahoma Press, 1963.