

1 - Breve Contextualização

O consumo de fármacos psicoativos por razões não medicinais, mas com o propósito de aumentar a produtividade ou para inibir o sono e aumentar o estado de vigília e alerta, parece tornar-se comum entre determinados grupos de trabalhadores.

Numa sociedade e num ambiente de trabalho cada vez mais competitivos, é de esperar que o consumo dessas substâncias venha a crescer no futuro, pois cada vez mais existe a tendência para potencializar o rendimento e mitigar a pressão exercida pelo cumprimento de metas e objetivos.

Os seus efeitos a longo prazo sobre a saúde dos trabalhadores e trabalhadoras, ainda, não são conhecidos de uma forma sustentada.

Esta Ficha Técnica pretende realizar uma abordagem simples e prática sobre o que consistem estas substâncias que melhoram o desempenho no trabalho, qual a atual prevalência do seu consumo, quais os seus efeitos na saúde e, ainda, as implicações que tais consumos podem ter para a Segurança e Saúde no Trabalho (SST).

4 – Principais fármacos que melhoram o desempenho atualmente utilizados

Existem três medicamentos principais que, geralmente, se encontram associados à melhoria das capacidades cognitivas e de desempenho:

2 - No que consistem os fármacos que melhoram o desempenho?

Os «estimulantes cognitivos» são substâncias farmacêuticas que, supostamente, melhoram as capacidades mentais, nomeadamente a atenção, a concentração, a memória ou a motivação.

Os «fármacos que melhoram o desempenho», supostamente, também reforçam a aquisição de capacidades motoras ou afetivas, tais como, lidar com a ansiedade associada à execução de determinadas tarefas profissionais ou promover sentimentos de confiança e de pertença.

3 – O que está em causa?

O grande problema inerente a estes fármacos é o seu uso para uma indicação diferente da utilização aprovada, ou seja, as pessoas utilizam estes medicamentos para outros fins contrários aos indicados e aprovados pelas autoridades médicas nacionais.

Por exemplo, o metilfenidato é um fármaco prescrito para o tratamento da Perturbação de Hiperatividade e Défice de Atenção (PHDA), no entanto é utilizado indevidamente por indivíduos saudáveis para melhorar o seu desempenho.

Medicamentos	Indicação de utilização
Anfetaminas	Substâncias estimulantes Usada no tratamento: Perturbação de Hiperatividade e Défice de Atenção e Narcolepsia Ex: <i>Adderall, Ettentin e Tentin</i>
Metilfenidato	Estimulante do sistema nervoso central Usada no tratamento: Perturbação de Hiperatividade e Défice de Atenção e Narcolepsia Ex: <i>Ritalina, Concerta, Equasym, Medikinet e Rubifen</i>
Modafinil/Armodafinil	Estimulante do sistema nervoso central Promove o estado de vigília Ex: <i>Provigil, Nuvigil, Vigil, Modalert, Modasomil e Modioda</i>

5 – Prevalência da utilização atual

A UE-OSHA determina a existência de determinados grupos específicos que utilizam ou abusam destes fármacos que melhoram o desempenho, no contexto do local de trabalho, designadamente:

Militares: O fármaco modafinil é disponibilizado ao pessoal de várias forças militares, de forma controlada e sob supervisão médica e em circunstâncias que são claramente definidas.

Trabalhadores do setor dos transportes: Os trabalhadores do setor dos transportes, principalmente os que realizam trajetos de longa distância, são associados ao consumo de estimulantes, principalmente anfetaminas para fazer face à carga de trabalho e à fadiga associada aos longos turnos de trabalho.

Trabalhadores por turnos: Incluem-se nesta categoria, os trabalhadores dos serviços de emergência e de saúde que são associados à utilização de fármacos que melhoram o desempenho para ajudar a manter o estado de vigília, a diminuição do sono e o equilíbrio entre a vida profissional e a vida privada.

Outros grupos de trabalhadores que desenvolvem atividade em ambientes de trabalho caracterizados por uma grande pressão, competitividade ou intimidação, dos quais se podem destacar, os técnicos da área financeira e setor bancário, os profissionais académicos e os advogados.

Estes profissionais são associados à utilização destes fármacos para fazer face às exigências e à pressão acelerada do trabalho, aumentar a produtividade ou superar os efeitos da diferença horária.

6 – Fatores potenciadores do consumo de fármacos

De acordo com a UE-OSHA, podem ser fatores potenciadores do consumo de fármacos que melhoram o desempenho no trabalho, os seguintes:

1 - Falta de controlo social/individual sobre as condições de trabalho

Tradicionalmente associado ao trabalho fabril, caracterizado pela falta de controlo, pelas tarefas repetitivas e monótonas e, mais recentemente, com incidência nas atividades de “telemarketing e call center”, bem como nos trabalhadores que exercem atividade nas plataformas digitais.

A utilização de potenciadores de desempenho pode ser

entendida pelos trabalhadores como uma forma de lidar com a monotonia ou de acompanhar as exigências e a pressão do trabalho.

2 - Fragmentação e desempenho de múltiplos postos de trabalho

Na atualidade, as empresas tendem a procurar minimizar os seus custos com os seus trabalhadores através da utilização do outsourcing, da redução do horário de trabalho e da exigência de que trabalhem de uma forma flexível.

Esta conjuntura tem como consequência para os trabalhadores, a necessidade de fragmentação do tempo de trabalho e de se assumir múltiplos postos de trabalho para se poder “ganhar a vida” e garantir o sustento.

Isto poderá potenciar o consumo de intensificadores de desempenho para fazer face às múltiplas exigências que esta situação poderá impor, não só para o exercício das tarefas profissionais, mas também para a facilitação da gestão família- trabalho.

3 - Sobreposição, desequilíbrio ou dificuldade em alcançar um equilíbrio entre o trabalho remunerado e outros aspetos da vida

Trata-se de um problema, particularmente, vivido pelas mulheres que tentam a conciliar a sua vida profissional com o trabalho doméstico e que recorrem a potenciadores de desempenho para fazer face às exigências concorrentes de empregos stressantes com os seus compromissos familiares.

Destacam-se também os trabalhadores, cujas tarefas são atribuídas através de uma plataforma online, e que para obterem tarefas suficientes, com vista a garantir o seu sustento, têm que se manter continuamente ligados, recorrendo à utilização destes fármacos para melhorar a sua capacidade de trabalho.

4 - Condições de concorrência, falta de trabalho, ameaça ao sustento

Por um lado, este fator pode aplicar-se em ambientes altamente competitivos, em profissões intelectuais de nível superior, em que os profissionais têm consciência da necessidade de desempenhar continuamente o seu trabalho num nível excecional, a fim de manter a sua posição.

No outro extremo do espectro, pode relacionar-se com a incerteza constante que é sentida pelos trabalhadores das plataformas digitais. Estes trabalhadores têm que estar, permanentemente, ligados por forma a responder rapidamente aos pedidos e solicitações que lhes são dirigidos, sob pena de perderem serviço ou de receberem um feedback insuficientemente que lhes permita obter novas dotações de emprego.

5 – Vigilância e monitorização dos trabalhadores

Esta tendência, cada vez mais generalizada, de controlar a atividade dos trabalhadores, poderá ser acompanhada por um aumento significativo da pressão exercida e sentida pelos trabalhadores para responderem de forma adequada às solicitações profissionais, recorrendo à utilização de fármacos para a facilitação dessa constante tensão.

7 – Efeitos da utilização de fármacos que melhoram o desempenho nos trabalhadores

Embora os fármacos que melhoram o desempenho atuem principalmente sobre as capacidades cognitivas, eles têm simultaneamente efeitos físicos e emocionais que não devem ser negligenciados, sendo que os efeitos físicos são mais bem conhecidos do que os efeitos cognitivos e emocionais.

Os efeitos secundários adversos podem constituir um risco, tanto para a organização do trabalho, como para os trabalhadores envolvidos e variar de forma significativa de indivíduo para indivíduo.

Estes efeitos podem incluir:

Anfetaminas: Risco acrescido de problemas cardíacos, hipertensão e acidentes vasculares; tolerância e dependência; problemas de saúde mental; a suspensão brusca pode provocar sintomas de abstinência.

Metilfenidato: Os riscos são semelhantes aos das anfetaminas, mas é potencialmente menos aditivo; sintomas mais graves em caso de utilização prolongada, especialmente perturbações psicóticas em crianças.

Modafinil: Reações cutâneas; eventos cardíacos, hipertensão e arritmias; perturbações psicóticas. Considera-se que apresenta um risco reduzido de dependência na utilização pouco prolongada, mas não se exclui a criação de dependência em caso de consumo prolongado.

8 – Implicações para a Segurança e Saúde no Trabalho

O consumo destes fármacos coloca problemas de Saúde e Segurança no Trabalho, designadamente:

1 – A pressão da gestão para aumentar cada vez mais a produtividade pode conduzir à coerção para que os trabalhadores utilizem fármacos para fazer frente a estas solicitações. A liberdade de escolha e de decisão dos trabalhadores fica, portanto, seriamente reduzida, com consequências para a sua motivação e para o seu empenho.

2 - A utilização de fármacos que melhoram o desempenho

irá proporcionar a alguns trabalhadores uma vantagem injusta em relação a outros, o que poderá criar um risco de discriminação por parte dos empregadores contra aqueles que optam por não os consumir.

3 - Os trabalhadores que tomam esses fármacos podem passar a ser vistos como constituindo a norma e é possível que se criem expectativas de

«normalidade medicada» e falta de tolerância face às diferenças (incluindo deficiências e idade) no local de trabalho.

4 - Os fármacos que melhoram o desempenho podem ser encarados como uma «solução» para problemas organizacionais ou de gestão, tornando-se uma alternativa à implementação de medidas preventivas e a uma gestão adequada em matéria de trabalho, como por exemplo, a reorganização de horários e a definição de pausas suficientes para descanso.

5 - Alguns trabalhadores poderão utilizar estimulantes para manter o seu nível de desempenho habitual, enquanto outros, podem utilizá-los para tentar superar os seus limites «normais». Em ambos os casos, trata-se da adaptação do indivíduo às exigências do local de trabalho em vez da necessária adaptação do trabalho ao indivíduo.

6 - Pressupor que um indivíduo consegue melhorar o desempenho através da utilização de fármacos estimulantes pode conduzir a culturas em que se aceita que os trabalhadores trabalhem mais horas, assumam cargas de trabalho mais intensivas, sejam capazes de suportar um ritmo de trabalho mais acelerado, o que a longo prazo terá consequências na saúde dos trabalhadores, mas também na reputação da organização.

Fonte:

Esta Ficha Técnica foi elaborada tendo por referência os conteúdos das publicações da UE-OSHA:

- Gestão dos fármacos que melhoram o desempenho no local de trabalho: uma perspetiva SST que pode ser consultada Aqui.

- Análise sobre o futuro do trabalho: Fármacos que melhoram o desempenho que pode ser consultada Aqui.



PUBLICAÇÃO
Departamento de Segurança e Saúde no Trabalho da UGT - 2021

