Anais da Faculdade de Medicina de Olinda
Annals of Olinda Medical School

afmo.emnuvens.com.br ISSN: 2674-8487 Resenha crítica

Resenha crítica

Por:

Fernando Augusto Pacífico[1] Paulo Savio Angeiras de Goes[1,2]

[1] Faculdade de Medicina de Olinda. Olinda, Pernambuco, Brasil.
[2] Universidade Federal de Pernambuco. Recife, Pernambuco, Brasil.

Han BC. Sociedade do cansaço. Petrópolis: Editora Vozes Limitada; 2015.

No livro “Sociedade do Cansaço”, o filósofo sul-coreano Byung-Chul Han proporciona uma avaliação profunda da situação humana na era atual, caracterizada pela excessiva exposição à produtividade e ao desempenho. Em um cenário onde a procura constante por eficiência se transformou em um imperativo social, Han investiga como essa pressão leva a um estado de esgotamento coletivo. Por meio de uma linguagem clara e instigante, o escritor questiona a lógica neoliberal presente no dia a dia, conduzindo as pessoas à autoexploração, o que intensifica o esgotamento físico e mental. Ao analisar a conexão entre subjetividade, poder e consumo, Han instiga o leitor a ponderar sobre as restrições da capacidade humana e as consequências devastadoras de uma sociedade que privilegia o fazer em vez de ser.

O foco principal do trabalho é a mudança da “sociedade disciplinar”, conforme retratada por Michel Foucault, para uma “sociedade do esgotamento”. Nesta nova estrutura, a exploração já não é imposta externamente por meio de instituições, tais como indústrias ou escolas, mas sim internalizada. Os indivíduos assumiram a responsabilidade pela sua própria produtividade e êxito, incentivando um tipo de autodescoberta. No campo da Medicina, essa lógica pode estar ligada ao aumento da prevalência de condições como *burnout*, distúrbios de ansiedade e depressão, comumente notados em profissionais da saúde e estudantes. O estresse contínuo e o receio de não cumprir as expectativas muitas vezes resultam em deterioração da saúde mental, um fenômeno amplamente debatido na literatura médica contemporânea.

Autor correspondente:
Fernando Augusto Pacífico
e-mail: fapacifico@outlook.com
Recebido em: 22/02/2025
Aprovado em: 26/03/2025

Han aborda a ideia de “performance” como um elemento fundamental nesta nova dinâmica social, na qual o valor da pessoa é avaliado pela sua habilidade de gerar e concretizar. Isso também é evidente em profissões de grande procura, como a Medicina, em que a noção de eficiência e perfeição são incessantemente enfatizadas. Nestes contextos, a exigência de um sistema que prioriza o “melhor desempenho” leva ao esgotamento emocional e mental. A autoexploração, citada por Han, ressoa diretamente na fadiga experimentada por esses profissionais, que, na busca incessante de alcançar seus objetivos, muitas vezes deixam de lado a sua própria saúde.

As redes sociais e a cultura digital também são alvo de críticas. Han propõe que essas plataformas intensificam constantemente a comparação e a procura por validação externa, fenômenos que podem intensificar distúrbios psicológicos como a síndrome de comparação social de Festinger. Na prática médica, essa constante comparação pode se manifestar como uma competição intensa entre colegas, resultando em isolamento e deterioração do bem-estar psicológico, um ponto que o filósofo discute em sua crítica à cultura do desempenho.

Outro aspecto relevante levantado por Han é a importância de resgatar o valor da contemplação e do descanso, fundamental para uma vida harmoniosa. Dentro do âmbito das ciências médicas, essa sugestão pode ser interpretada como um chamado para uma maior valorização do descanso e da recuperação, ações essenciais para evitar o esgotamento. A harmonia entre as horas de trabalho e as horas de descanso é crucial para a longevidade e a qualidade de vida.

Apesar da obra proporcionar uma reflexão relevante, “Sociedade do Cansaço” também possui restrições. A perspectiva do autor pode ser vista como excessivamente negativa, destacando a fadiga sem oferecer soluções concretas para combater a autoexploração. Para os profissionais da Medicina, que debatem intervenções e tratamentos para essas questões, o leitor pode sentir falta de sugestões mais tangíveis sobre como enfrentar essa situação. Ademais, sua avaliação das mídias sociais, embora pertinente, poderia ser mais detalhada ao considerar como diversos grupos sociais experimentam essa pressão. A maneira como as pessoas gerenciam as expectativas de desempenho é fortemente influenciada por condições socioeconômicas e contextos culturais, um aspecto que poderia ser mais bem explorado.

No livro “Sociedade do Cansaço”, Byung-Chul Han propõe uma análise crucial sobre os obstáculos da contemporaneidade, desafiando a lógica que privilegia a produtividade em vez do bem-estar. A sua crítica à cultura atual é inequívoca: “habitamos um mundo onde o fazer sempre mais é a regra”. Contudo, segundo Han, esse ritmo resulta em um esgotamento generalizado, afetando a saúde física e mental das pessoas, particularmente em profissões que demandam alto desempenho, como a Medicina.

O livro convida os leitores a repensarem suas vidas, propondo que, em vez de se con-

centrarem apenas na produção, devem também contemplar e viver de maneira completa. O livro proporciona aos profissionais e alunos de campos como Medicina, Psicologia e outras ciências da saúde uma chance valiosa de ponderar sobre a relevância de balancear produtividade e autocuidado. Apesar da ausência de soluções práticas, a importância crítica do livro é indiscutível, fazendo dele uma leitura indispensável para quem deseja compreender os dilemas atuais e suas consequências na saúde e no bem-estar, especialmente para médicos e alunos de Medicina.