

Trabajo en Exceso

Las razones por las que trabajamos «en exceso» pueden ser muy diversas: desde la «adicción» personal al trabajo (porque «nos sirve para tapar otras cuestiones», porque no valoramos otras dimensiones de la vida, porque la organización en la que trabajamos nos incentiva al «multitasking» o pretende llevar la productividad más allá de lo posible (1) y otras como las señaladas en este link, hasta las vinculadas con lo socioeconómico.

Referidas a esto último también pueden ser diversas:

- el ingreso, formal o informal, no alcanza para satisfacer un piso mínimo de necesidades personales y/o familiares
- las condiciones de trabajo (de médicos, profesionales, u otras) hacen que tenga que cumplir muchas horas (presenciales o virtuales), inclusive sábados, domingos y feriados, y sino «no sirvo» o «soy descartado»,
- el sistema socioeconómico que prioriza la maximización del excedente económico, por sobre todo otro valor, y el «recurso humano» (como si fuera una «máquina») debe ser productivo al máximo,

entre otras situaciones.

Los ejemplos sobre lo que venimos de mencionar son -lamentablemente- abundantes. El diario La Nación menciona «el caso de una periodista japonesa de 31 años que murió luego de trabajar 159 horas extras en un mes volvió a encender la luz de alerta en el país por este fenómeno conocido como *karoshi*, que deja miles de muertos por exceso de trabajo.» Algo similar, vinculado con gran estrés, sucede en China según esta nota con la cultura del «996» (trabajar 9 horas por día, 6 días a la semana). En esta línea están situaciones de suicidio o de «burnout». Otros enfoques, como el de José Miguel

Amiune, relacionan los fenómenos de la depresión con el pasaje de la sociedad disciplinaria a la sociedad del rendimiento del siglo XXI. En esta nota se la relaciona con el enfoque de «recursos humanos». La competitividad (como rivalidad) se plantea por encima de «ser competentes» dando lo mejor de nosotros mismos sin forzar nuestro cuerpo y nuestra psiquis. También está en línea con la «sociedad del cansancio» (en especial con la autoexigencia en el estudio y en el *rendimiento* en el trabajo) en Corea del Sur, según el filósofo Byung Chul-Han.

Cambiar de enfoque y de prácticas, a nivel personal y sistémico, es fundamental para resolver esta cuestión. Sabemos que no es fácil. Que «lo sistémico» nos aparece como una «jaula de hierro» pero la humanidad ha ido evolucionando con retrocesos y avances hacia un mundo mejor. La posibilidad de un mundo peor no está para nada descartada (por momentos y, por ejemplo, muy cercana con las amenazas de guerras y con el cambio climático) pero si queremos darle a nuestra libertad positiva un sentido vinculado a la sabiduría y a la felicidad, debemos hacerlo.

(1) Ha sido mostrado en películas como «Tiempos Modernos», y también -pero relacionado con el modelo chino aplicado a países como Estados Unidos- ha sido abordado en esta nota de Jorge Sigal, comentando el film «American Factory». En cuanto a realidades en Argentina, se puede ejemplificar con el caso de choferes ómnibus de larga distancia en Argentina que no descansan lo suficiente y las consecuencias trágicas que ello genera.