



BURNOUT x WORKAHOLISM

Miriã F. L. TORQUATO¹; Michele M. S. RIBEIRO²

RESUMO

Este resumo tem como objetivo comparar se as variáveis *workaholism* e *burnout* possuem relação entre si. Utilizou-se como base da pesquisa artigos que fazem levantamentos estatísticos sobre tal associação.

Palavras-chave:

Burnout; Workaholic; Esgotamento Profissional.

1. INTRODUÇÃO

No século XXI, há um aumento nas doenças neurais, psicológicas e mentais, conforme Byung Chul Han (2010). Esse crescimento de doenças e síndromes atrai a atenção de acadêmicos globalmente e é fundamental para entender a relação entre trabalho, vida e saúde. A Síndrome de *Burnout*, causada pelo estresse crônico no ambiente de trabalho, é reconhecida no Brasil desde 1999. Em 2019, foi oficialmente incluída na CID-11 pela OMS. Já sob o código QD85, somente com vigência a partir de 2022.

A OMS (2019) define o *burnout* como,

Burnout é uma síndrome conceituada como resultante do estresse crônico no local de trabalho que não foi gerenciado com sucesso. É caracterizada por três dimensões:

- sentimentos de exaustão ou esgotamento de energia;
- aumento do distanciamento mental do próprio trabalho, ou sentimentos de negativismo ou cinismo relacionados ao próprio trabalho; e
- redução da eficácia profissional.

Embora o vício em trabalho, ou *workaholism*, ainda não seja oficialmente reconhecido como uma doença mental ou ocupacional pelas organizações de saúde mundial, ele é um comportamento que pode levar ao desenvolvimento de várias condições de saúde, como ataques cardíacos, problemas gastrointestinais, dores articulares e de cabeça, insônia e hipertensão (Fassel, 1990).

2. MATERIAL E MÉTODOS

Para este trabalho, foram pesquisados artigos na base de dados do Periódico CAPES, utilizando os filtros "*workaholism*" e "*burnout*" no campo de busca e selecionando apenas artigos. Inicialmente, foram encontrados 284 artigos. Ao aplicar o filtro de publicação dos últimos 5 anos (2019 a 2023), o número de artigos foi reduzido para 155. Após filtrar por idioma português, restaram

¹ Discente, IFSULDEMINAS – Campus Carmo de Minas. E-mail: miria.luz@alunos.ifsuldeminas.edu.br.

² Orientador, IFSULDEMINAS – Campus Carmo de Minas. E-mail: michele.silva@ifsuldeminas.edu.br

7 trabalhos.

Foram excluídos os artigos “*Heavy-Work Investment: Its Dimensionality, Invariance across 9 Countries and Levels before and during the COVID-19 Pandemic*”, “*A Predictive Study of Antecedent Variables of Passion towards Work*”, “Relação entre Fadiga Mental e Síndrome de Burnout no Contexto do Teletrabalho durante a Pandemia de COVID-19: Uma Revisão Integrativa”, “*Pathological Traits and Adaptability as Predictors of Engagement, Job Satisfaction, Burnout and Workaholism*” e “Examinando a teoria do trabalho como um chamado: consequência e religiosidade” devido ao idioma (inglês) ou por não abordarem plenamente o tema da pesquisa.

Assim, foram incluídos na pesquisa 2 artigos relevantes.

4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Para facilitar a leitura e compreensão, o artigo intitulado “*Burnout, Workaholism e Qualidade de Vida entre Docentes de Pós-Graduação em Enfermagem*” será denominado Artigo 1, e “*Workaholism e Burnout entre Docentes de Pós-Graduação Stricto Sensu*” será denominado Artigo 2.

Quadro 1 - Artigos analisados

Item	Artigo 1	Artigo 2
1. Informações Bibliográficas	Título: <i>Burnout, workaholism e qualidade de vida entre docentes de pós-graduação em enfermagem</i> Ano de publicação: 2021 Periódico: Acta Paul Enferm. Autores: Galdino MJ, Martins JT, Robazzi ML, Pelloso SM, Barreto MF, Haddad MC	Título: <i>Workaholism e burnout entre docentes de pós-graduação stricto sensu</i> Ano de publicação: 2022 Periódico: Revista de Saúde Pública Autores: Barreto MFC, Galdino MJQ, Fernandes FG, Martins JT, Marziale MHP, Haddad MCFL
2. Objetivos	Verificar a associação do <i>burnout</i> com <i>workaholism</i> e qualidade de vida entre docentes de mestrado e/ou doutorado em enfermagem	Analisar a associação entre trabalho excessivo e trabalho compulsivo com as dimensões da síndrome de <i>burnout</i> em docentes de mestrado e doutorado em Letras e Linguística do Brasil.
3. Metodologia	Estudo transversal realizado com docentes permanentes vinculados aos Programas de Pós Graduação da área da Enfermagem de 47 universidades públicas das cinco regiões do Brasil. Entre julho e dezembro de 2018, convidou-se 919 docentes, dos quais 368 responderam a quatro questionários: caracterização sociodemográfica, de saúde e ocupacional, Maslach Burnout Inventory - Human Services Survey, Dutch Work Addiction Scale e World Health Organization Quality of Life Assessment Instrument - Bref. Os dados foram analisados por estatística descritiva e as associações foram verificadas por regressão logística múltipla bruta e ajustada.	Estudo transversal realizado com 585 docentes permanentes de pós-graduação stricto sensu em Letras e Linguística do Brasil. A obtenção dos dados ocorreu entre fevereiro e agosto de 2019, por meio de um questionário online. Os desfechos deste estudo foram as dimensões trabalho compulsivo e trabalho excessivo da escala Dutch Work Addiction Scale, as dimensões da Maslach Burnout Inventory TM e seus fatores associados, identificados por modelos múltiplos de regressão logística.

Item	Artigo 1	Artigo 2
4. Resultados Principais achados do estudo	A prevalência de indicativo de <i>burnout</i> foi de 28,0%, de <i>workaholism</i> foi de 35,5% e de baixa qualidade de vida geral foi de 17,7% entre os docentes permanentes investigados. Trabalho compulsivo, trabalho excessivo e ser <i>workaholic</i> aumentaram significativamente as chances de altos níveis de exaustão emocional, despersonalização e baixa eficácia profissional. Por outro lado, níveis significativamente menores foram observados nos trabalhadores positivos, com alta percepção de qualidade de vida geral, física, psicológica, social e do meio ambiente. Os modelos múltiplos das dimensões da síndrome indicaram que suas dimensões são direta e positivamente associadas com o <i>workaholism</i> e direta e negativamente associadas à qualidade de vida geral, mesmo após o ajuste com variáveis sociodemográficas, de saúde e ocupacionais.	Docentes com alto nível de trabalho excessivo (29,40%) apresentaram 2,75 vezes a chance de exaustão emocional alta e 2,08 vezes a chance de despersonalização alta. Quanto aos docentes com alto nível de trabalho compulsivo (8,03%), apresentaram 4,88 vezes a chance de exaustão emocional alta e 2,97 vezes a chance de despersonalização alta. Não foi identificada associação entre trabalho excessivo e trabalho compulsivo com a baixa realização profissional.
5. Conclusões principais	A síndrome de <i>burnout</i> foi associada aos professores de mestrado e/ou doutorado com <i>workaholism</i> e que consideravam ter uma baixa qualidade de vida.	Os resultados mostraram que existe uma associação estatisticamente significativa entre trabalho excessivo e trabalho compulsivo com exaustão emocional alta e despersonalização alta, possibilitando aos gestores e docentes refletirem os critérios que norteiam seus processos laborais, a fim de adotarem modelos de gestão, políticas reguladoras institucionais e estratégias adequadas para melhorar as condições de trabalho e saúde dos docentes.
6. Relevância e Contribuição do estudo para o tema	Resultados demonstraram que altos níveis de trabalho compulsivo e excessivo estão relacionados positivamente com as dimensões do <i>burnout</i> . Logo, ser <i>workaholic</i> pode levar ao desenvolvimento da síndrome.	Comprovação de que indivíduos com altos níveis de trabalho excessivo e compulsivo apresentam maiores chances de exaustão emocional e despersonalização. Sendo as chances superiores em relação ao trabalho compulsivo.
7. Referências e Citações Principais utilizadas no artigo	Fleck M.P., Louzada S., Xavier M., Cachamovich E., Vieira G., Santos L. <i>et al.</i> Skaalvik E.M., Skaalvik S. Alves P.C., Oliveira A.F., Paro H.B.	Cheung F., Tang C.S.K., Lim M.S.M., Koh J.M. Maslach C., Leiter M.P Amaro J.M.R.S., Dumith S.C. Teixeira T.S.C., Marqueze E.C., Moreno C.R.C. Kovalchuk L.S., Buono C., Ingusci E., Maiorano F., De Carlo E., Madaro A. <i>et al.</i>

Fonte: Galdino *et al* (2021) e Barreto *et al* (2022).

Ambos os artigos compartilham 4 autoras e 2 autores distintos, e têm como foco analisar a relação entre *Workaholism* e *Burnout* em docentes de pós-graduação. O Artigo 1, voltado para a área de enfermagem, também considera a qualidade de vida, enquanto o Artigo 2 se concentra na área de letras.

Os dois estudos utilizam os mesmos instrumentos para medir *Burnout* e *Workaholism*: o *Maslach Burnout Inventory* e a *Dutch Work Addiction Scale*, aplicados a amostras de 368 e 585

participantes, respectivamente.

Enquanto o primeiro artigo aponta dois perfis através da DUWAS: o trabalhador positivo e o *workaholic*, e obtém um resultado onde trabalho compulsivo, excessivo e ser *workaholic* (alto nível em trabalho compulsivo e excessivo) está positivamente relacionado aos altos índices de exaustão emocional, despersonalização e relacionado com baixa realização profissional. O segundo faz a separação entre trabalho compulsivo e trabalho excessivo, utilizando as dimensões, constata que as chances de exaustão emocional alta e despersonalização alta em indivíduos que possuem alto nível de trabalho compulsivo é 4,88 e 2,97, sendo maiores comparados ao trabalho excessivo.

5. CONCLUSÃO

Os temas *workaholism* e *burnout* ainda são pouco veiculados no Brasil, logo a busca por informações acadêmicas sobre a associação entre esses dois fatores é escassa. No entanto, por meio dos resultados de pesquisas como as citadas nesta publicação, é possível ver a magnitude de tais fenômenos e a implicação que provoca tanto nos indivíduos, como também nas organizações.

Analisando a associação do vício no trabalho e *burnout*, e como podem ser considerados fatores geradores de doenças organizacionais, os gestores poderão tomar decisões estratégicas, visando o bem-estar e o equilíbrio entre vida e trabalho de colaboradores dentro da organização. Assim como, o conhecimento sobre os temas influencia no autodesenvolvimento, e autocuidado.

Destaca-se também a importância do estudo sobre esta temática não somente para a área da saúde, bem como para a área de negócios. Tendo em vista que profissionais de Recursos Humanos podem se beneficiar de tais conhecimentos e implementar programas nas organizações voltados para o enfrentamento do vício no trabalho e *Burnout*.

REFERÊNCIAS

- BARRETO, M.F.C.; GALDINO, M.J.Q.; FERNANDES, F.G.; MARTINS, J.T.; MARZIALE, M.H.P.; HADDAD, M.C.F.L. Workaholism e burnout entre docentes de pós graduação stricto sensu. **Revista Saúde Pública**, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.11606/s1518-8787.2022056003883>. Acesso em: 13 set. 2024.
- BRASIL. Portaria nº 1.339, de 18 de novembro de 1999. Dispõe sobre a lista de doenças relacionadas ao trabalho. **Diário Oficial da República Federativa do Brasil**. Brasília, DF, 1999. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/1999/prt1339_18_11_1999.html. Acesso em: 13 set. 2024.
- FASSEL, D. **Working ourselves to death: the high cost of workaholism, the rewards of recovery**. 1st ed. United States of America: HarperCollins Publishers, 1990.
- GALDINO, M.J.; MARTINS, J.T.; ROBAZZI, M.L.; PELLOSO, S.M.; BARRETO, M.F.; HADDAD, M.C. **Burnout, workaholism e qualidade de vida entre docentes de pós-graduação em enfermagem**, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ape/a/TrmZhdztWWhqCQDyRHR9MLt/>. Acesso em: 13 set. 2024.
- HAN, B. **Sociedade do cansaço**. Petrópolis: Editora Vozes Ltda, 2015.
- OMS. Organização Mundial da Saúde. **CID: burnout é um fenômeno ocupacional**. Genebra: OMS, 2019.