



## ADIÇÃO AO TRABALHO E SÍNDROME DE BURNOUT: REVISÃO INTEGRATIVA

DOUGLAS BERTOLOTO LIMA; CLARISSA PINTO PIZARRO DE FREITAS.

### RESUMO

**Introdução:** O estresse laboral é influenciado pela percepção que o trabalhador tem sobre suas demandas no ambiente de trabalho e as suas condições para enfrentá-las. A Organização Mundial de Saúde classifica a síndrome de *burnout* como uma doença decorrente do estresse não gerenciado corretamente no ambiente de trabalho. *Burnout* tem como potencial preditor a adição ao trabalho. **Método:** revisão integrativa da literatura, que teve como pergunta de pesquisa; “Qual é a relação existente entre o *workaholism* e a Síndrome de *Burnout* entre profissionais de saúde?”. O estudo seguiu o fluxograma de PRISMA, e contou com 14 registros selecionados depois de aplicados os critérios de elegibilidade. **Resultados:** 12 manuscritos (85,7%) eram trabalhos empíricos e trataram os dados com abordagem quantitativa, e os outros dois (14,2%) eram revisões de literatura. A amostra total foi composta por diversos segmentos profissionais, dentre eles profissionais de saúde, de educação, da indústria e do comércio. Japão, Estados Unidos, Noruega, Itália, Holanda, Brasil, Egito e Portugal estão entre os países estudados. Observou-se a utilização de cinco diferentes escalas para a avaliação da síndrome de *burnout*: *Maslach Burnout Inventory*, *Link Burnout Questionnaire*, *Burnout Assessment Tool*, *Burnout Measure* e a *Burnout - Shirom-Melamed's scale*. Já a adição ao trabalho foi avaliada por quatro tipos diferentes de escala: *Dutch Work Addiction Scale*, *Multidimensional Workaholic Scale*, *WorkBat*, *Workaholism Analysis Questionnaire*. **Discussão:** A relação significativa e positiva entre *workaholism* e *burnout* foi relatada em 10 estudos (71,4%). O *Workaholism* causa uma série de consequências negativas para o indivíduo, afetando todas as esferas da vida: as esferas mental, ocupacional e social. As duas dimensões do *workaholism* impactam em todas as dimensões que dizem respeito ao *burnout*. **Conclusão:** O *workaholism* teve seus primeiros estudos datados na década de 1970. Embora ele não conste oficialmente como uma patologia nos principais manuais diagnósticos internacionais, é reconhecido seu teor prejudicial à saúde do indivíduo. Essa perspectiva torna-se ainda pior quando comparamos a síndrome de *burnout*, pois se trata de uma condição mais antiga do ponto de vista literário, sustentado com maior robustez científica e reconhecido como uma patologia.

**Palavras-chave:** Workaholism; Bem-estar; Burnout; Gestor.

### 1 INTRODUÇÃO

Nos dias atuais é crescente a preocupação com assuntos que envolvam a saúde e o bem-estar dos profissionais de saúde. Esses profissionais fazem parte de um grupo de alto risco para contraírem muitas doenças, dentre elas a Covid-19. Acrescenta-se a isso o fato desses profissionais estarem submetidos a um enorme estresse ao atender esses pacientes, muitos com risco iminente de morte, em condições de trabalho muitas vezes inapropriadas (OMS, 2022).

O estresse laboral é influenciado pela percepção que o trabalhador tem sobre suas

demandas no ambiente de trabalho e as suas condições para enfrentá-las. A Organização Mundial de Saúde (OMS, 2022) classifica a síndrome de *burnout* como uma doença decorrente do estresse não gerenciado corretamente no ambiente de trabalho. O *burnout* ocorre quando os profissionais ficam desgastados e, apesar de sua exaustão, precisam investir uma quantidade desproporcional de energia, o que resulta em fadiga tanto física quanto psicológica e pode causar falhas ao cumprir metas de trabalho. Cuidar de pessoas em situação de vulnerabilidade, sob condições inadequadas, aumenta o risco de profissionais da área da saúde manifestarem *Burnout* como um fenômeno patológico e psicossocial. *Burnout* tem como potencial preditor a adição ao trabalho (MOYER, 2017).

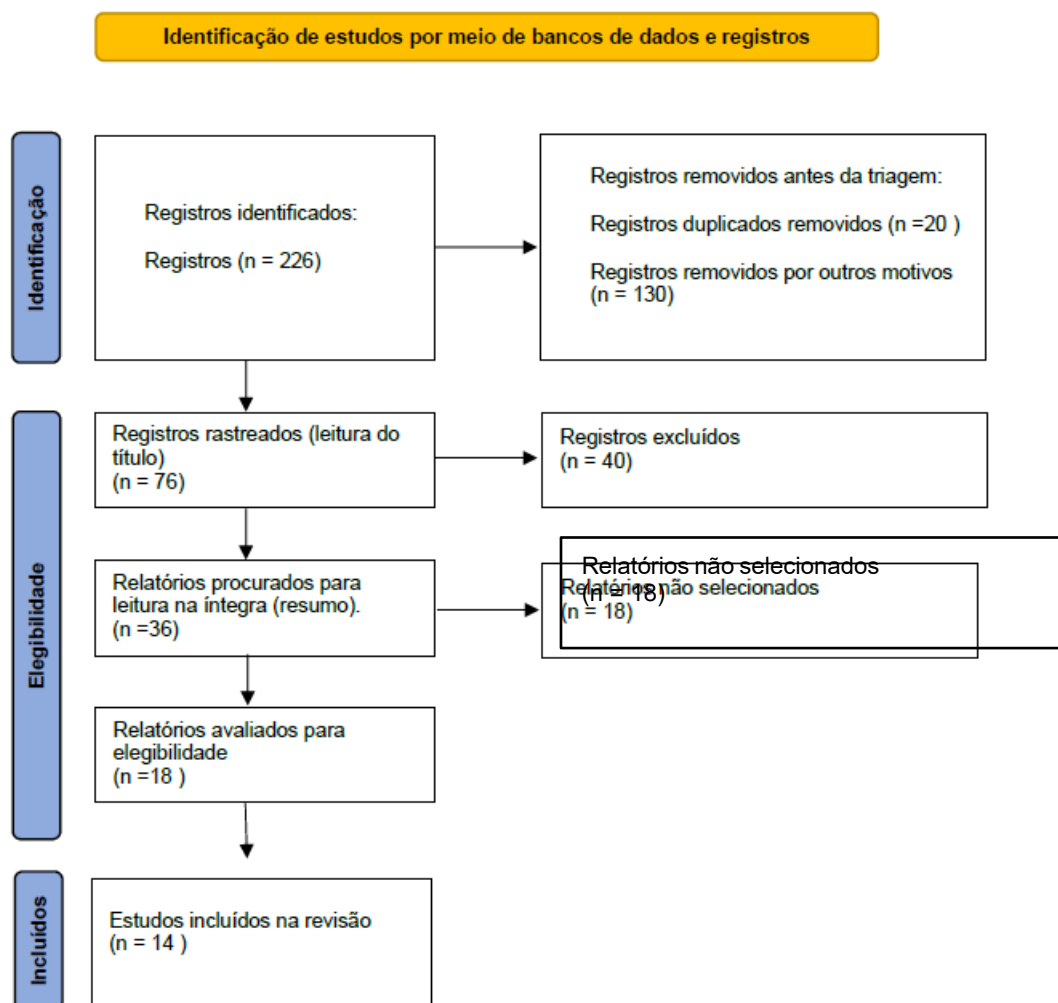
Não há uma definição plenamente aceita quanto ao conceito de Adição ao trabalho *Workaholism* e Adição ao trabalho tem sido utilizado como termos permutáveis dentro da literatura. A expressão *workaholic* surgiu em 1971, com Wayne E. Oates, que definiu *workaholism* como a compulsão ou a necessidade incontrolável de trabalhar incessantemente. Profissionais de saúde estão entre os mais afetados pelo *workaholism* (ANDREASSEN, 2016).

A pergunta de pesquisa que esse estudo busca responder é: “Qual é a relação existente entre o *workaholism* e a Síndrome de *Burnout* entre profissionais de saúde?”. O objetivo deste estudo foi realizar uma revisão integrativa de literatura, buscando discutir a relação existente entre o processo de adição ao trabalho e a síndrome de *burnout* entre profissionais de saúde. A relevância desta pesquisa centra-se no fato dessa relação provocar prejuízos tanto aos profissionais quanto às instituições e a clientela atendida, comprometendo a qualidade dos serviços prestados à população.

## 2 MATERIAIS E MÉTODOS

O presente estudo trata-se de uma revisão integrativa da literatura, que é utilizada para analisar, identificar e sintetizar resultados de estudos independentes, sobre uma mesma temática, possibilitando determinar o conhecimento atual sobre o assunto de escolha. Adotamos alguns critérios para seleção dos estudos, admitindo todas as categorias de artigos (original, revisão de literatura, reflexão, atualização, relato de experiência), com abordagem quantitativa de dados. Dada a sua conexão direta com a pergunta de pesquisa, quatro dissertações de mestrado também foram incluídas; Artigos com resumos e textos completos disponíveis para análise; aqueles publicados nos idiomas português, inglês ou espanhol, entre os anos 2014 e 2022; Artigos que contivessem em seus títulos e/ou resumos os seguintes descritores em ciências da saúde (DeCS) e *Medical Subject Headings* (MESH): *Workaholism*, *burnout* e *Healthcare*. Utilizou-se o conector booleano “AND” entre os descritores.

O critério de exclusão dos artigos foi: estudos que não atendessem os critérios de inclusão mencionados, e principalmente não explorassem as relações ou associações entre *workaholism* e síndrome de *burnout*. As fontes de dados para a pesquisa foram a Literatura Latina Americana e do Caribe em Ciências em Saúde (LILACS), Pubmed e *Scientific Electronic Library Online* (SCIELO). A busca foi realizada no mês de janeiro de 2022. Nessa primeira busca, as bases de dados selecionaram 226 registros. Em uma análise seminal de elegibilidade, excluímos 160 registros por não atenderem a proposta da revisão, 20 registros em duplicata. Restaram 76 registros, como estratégia para seleção, realizamos a leitura do título, destes 36 tiveram seus resumos avaliados e 40 foram excluídos. Selecionamos 36 registros, sendo 32 artigos e 04 dissertações de mestrado. O estudo foi elaborado por meio do método PRISMA (declaração Principais Itens para Relatar Revisões Sistemáticas e Meta-análises).



**Figura 1.** Fluxograma dos artigos encontrados e selecionados por meio da pesquisa na base de dados

**Fonte:** Os Autores.

### 3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Ao fim desta revisão, foi selecionado um total de 10 artigos e quatro dissertações de mestrado, totalizando 14 manuscritos elegíveis. Desse total, 12 manuscritos (85,7%) eram trabalhos empíricos e trataram os dados com abordagem quantitativa, e os outros dois (14,2%) eram revisões de literatura. O total de participantes chegou a 8.595 indivíduos. A amostra total foi composta por diversos segmentos profissionais, dentre eles profissionais de saúde, de educação, da indústria e do comércio. Japão, Estados Unidos, Noruega, Itália, Holanda, Brasil, Egito e Portugal estão entre os países estudados, o que traduz a heterogeneidade da amostra.

Observou-se a utilização de cinco diferentes escalas para a avaliação da síndrome de *burnout*: *Maslach Burnout Inventory*, *Link Burnout Questionnaire*, *Burnout Assessment Tool*, *Burnout Measure* e a *Burnout - Shirom-Melamed's scale*. Já a adição ao trabalho foi avaliada por quatro tipos diferentes de escala: *Dutch Work Addiction Scale*, *Multidimensional Workaholic Scale*, *WorkBat*, *Workaholism Analysis Questionnaire*. A *Maslach Burnout Inventory* foi utilizada em nove oportunidades (64,2%) e a *Dutch Work Addiction Scale* em oito estudos (57,1%). A Associação das duas escalas concomitantemente foi percebida em seis estudos (42,8%). A frequência em que cada escala foi utilizada pode ser mais bem

observada na Tabela 1.

| Título                                                                                                                                                                                | Autores, Ano                          | Escalas utilizadas                              |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|-------------------------------------------------|
| Creencias irracionales, síndrome de Burnout y adicción al trabajo en las organizaciones                                                                                               | Vargas et al., 2016                   |                                                 |
| <i>Workaholism e Burnout: Quando devemos procurar um quadro subjacente de Workaholism?</i>                                                                                            | Melo, 2020                            |                                                 |
| <i>Burnout, workaholism e qualidade de vida entre docentes de pós-graduação em enfermagem.</i>                                                                                        | Galdino et.al.,                       | (MBI-HSS)<br>(DUWAS)                            |
| The Impact of <i>Workaholism</i> on Nurses' <i>Burnout</i> and Disillusion                                                                                                            | Nonnis et al., 2018                   | (DUWAS)                                         |
| Negative ( <i>Workaholic</i> ) Emotions and Emotional Exhaustion: Might Job Autonomy Have Played a Strategic Role in Workers with Responsibility during the Covid-19 Crisis Lockdown? | Spagnoli & Molinaro, 2020             | (MWS) (BAT).                                    |
| <i>The relationship of burnout with workaholism mediated by work-family life conflict: A study on female academicians</i>                                                             | Demirel et al., 2019                  | (DUWAS) (MBI).                                  |
| <i>Workaholism, Work Engagement e Burnout: distinção Empírica e sua relação com os Recursos e as Exigências Laborais</i>                                                              | Pimenta, 2014                         | (MBI)(DUWAS)                                    |
| Preditores do <i>workaholism</i> e seus efeitos no bem-estar e <i>Burnout</i>                                                                                                         | Nené, 2015                            | (SMBM)                                          |
| <i>Occupational Burnout as a consequence of workaholism in the context of selected psychological</i>                                                                                  | Dobrowolsk, 2015                      | (MBI) (WKOP)                                    |
| <i>Prevalence of Workaholism Among Egyptian Healthcare Workers With Assessment of Its Relation to Quality of Life, Mental Health and Burnout</i>                                      | Kasemy et. al., 2020                  | (MBI) (DUWAS)                                   |
| <i>From workaholism to burnout: psychological capital as a mediator</i>                                                                                                               | Moyer et al., 2017                    | <i>Workaholism Analysis Questionnaire</i> (MBI) |
| <i>Workaholism and Burnout Effect</i>                                                                                                                                                 | Weissenberger, S., & Hřebíčková, 2019 | (DUWAS) <i>Burnout Shirom-Melamed's scale</i>   |
| <i>"The best or nothing": The mediating role of workaholism in the relationship between perfectionism and burnout</i>                                                                 | Piccirelli, 2014                      | (DUWAS)(MBI)                                    |
| <i>Workaholism on Job Burnout: A Comparison Between American and Chinese Employees</i>                                                                                                | Cheung et sl., 2018                   | <i>work addiction scale</i> (MBI-GS)            |

Note: Maslach Burnout Inventory -Human Services Survey (MBI); Multidimensional Workaholic Scale (MWS); Burnout Assessment Tool (BAT); Dutch Workaholism Scale (DUWAS); Multidimensional Workaholism Assessment Questionnaire (WKOP); WorkBat e Burnout Measure (SMBM);

**Tabela 1.** Seleção dos estudos da revisão integrativa.

A relação significativa e positiva entre *workaholism* e *burnout* foi relatada em 10 estudos (71,4%), o que tende a corroborar a forte relação entre eles. O excesso de trabalho pode implicar em dificuldades na capacidade adaptação do trabalhador, o que o leva exaustão.

No que se refere ao *workaholism*, excesso de trabalho reflete o componente comportamental, que pode agravar-se à medida que o componente cognitivo, representado pela compulsão, seja acionado. Essa mesma condição também já fora observada em uma recente meta-análise realizada por Clark et al. (2016).

Cinco estudos (Cheung et al.; 2018; Galdino et al.; 2021; Kasemy et al.; 2020; Nonnis et al.; 2018; Spagnoli & Molinaro, 2020), relataram em seus resultados, especificamente, uma associação significativa entre as dimensões de trabalho excessivo e a exaustão emocional. Alguns fatores preditores do *workaholism* podem ajudar a entender sua relação positiva dessas dimensões. Um atributo (e.g. autoestima elevada), causas ambientais (e.g. clima organizacional competitivo) ou até mesmo a condição social (e.g. cargos de alto escalão), podem ser causas comuns do surgimento do *workaholism*. Partindo do princípio de que o *workaholism* não tem uma causa única e que pode ser resultado de uma soma de fatores, observam-se que *burnout* compartilha essas mesmas características, constituindo-se de um construto multidimensional (SCHAUFELI, 2020). Um estudo em especial (Kasemy et al., 2020), retrata bem o que essa revisão vem destacar. Trata-se de um estudo empírico com participação exclusiva de profissionais de saúde, que avaliou a relação entre *burnout*, *workaholism* e ainda o construto qualidade de vida. Foi relatado que 55,0% da amostra trabalhava em jornada superior a 48 h semanais e 24,8% eram viciados em trabalho. Os domínios físico, mental, social e ambiental da qualidade de vida foram significativamente diferentes entre profissionais de saúde *workaholics* e os não *workaholics*. O *workaholism* esteve associado a problemas de saúde por meio de descarga emocional. O fato de este estudo ter sido realizado exclusivamente com profissionais de saúde egípcios dificulta a generalização desses resultados, dados as questões culturais envolvidas. Entretanto o estudo realizado em contexto nacional, avaliou os mesmos construtos do estudo de Kasemy et al. (2020) e encontrou resultados semelhantes. Trabalho compulsivo, trabalho excessivo e ser *workaholic* aumentaram significativamente as chances de altos níveis de exaustão emocional, despersonalização e baixa eficácia profissional (GALDINO, 2021).

No que diz respeito ao funcionamento emocional do adicto em trabalho, caracteriza-se por: fraqueza, estados depressivos, transtornos de ansiedade, processos intelectuais hiperativos, incapacidade de relaxar, hiperatividade, impaciência e nervosismo. Em seu estudo correlacional com enfermeiros, Nonnis et al., (2018), observou que as duas dimensões do *workaholism* (Trabalhar Excessivamente e Trabalhar Compulsivamente) impactam em todas as dimensões que dizem respeito ao *burnout*, ou seja, queixas de esgotamento psicofísico, deterioração das relações, ineficácia profissional e desilusão.

Baixos níveis de qualidade de vida foram associados ao *workaholism* e confirmados em modelo hipotético testado por Galdino et al. (2021) em pesquisa realizada com docentes universitários. O exagero na dedicação à atividade docente modifica as relações com a família e com os amigos, reduz o tempo de lazer e altera a vida cotidiana. O *workaholism* estabelece associação com a síndrome de *burnout*, prejudicando a condição biopsicossocial do trabalhador, à medida que trabalhar torna-se prioridade em sua vida (GALDINO, 2021; SCHAUFELI, 2020).

Sete estudos (Cheung et al., 2018; Galdino et al., 2021; Pimenta, 2014; Kasemy et al., 2020; Weissenberger & Hřebíčková; 2019; Spagnoli & Molinaro, 2020; Vargas et al., 2016) relataram ao longo dos seus resultados ou conclusões, estratégias que visem o controle do *workaholism* e do *burnout*. O aumento de apoio social foi a estratégia recomendada por quatro estudos (Cheung et al., 2018; Galdino et al., 2021; Moyer et al., 2017; Pimenta, 2014). A intervenção por parte dos gestores foi indicada em três estudos (Kasemy et al., 2020; Spagnoli & Molinaro, 2020; Vargas et al., 2016) e outros dois estudos (Pimenta, 2014; Weissenberger & Hřebíčková, 2019) enfatizaram que é imperativo que se aborde o trabalhador de maneira individualizada, com tratamentos que incluam terapias que foquem em metodologias

comportamentais e até *mindfulness*.

#### 4 CONCLUSÃO

Esta revisão possibilitou esboçar o cenário existente quanto a relação entre o *workaholism* e a síndrome de *burnout* em profissionais de saúde, tendo como enfoque central o estabelecimento de uma relação preditiva entre esses construtos, os prejuízos decorrentes de seu acometimento e as estratégias de controle.

O *workaholism* teve seus primeiros estudos datados na década de 1970, ou seja, há cerca de 40 anos. Embora ele não conste oficialmente como uma patologia nos principais manuais diagnósticos internacionais, é reconhecido seu teor prejudicial a saúde do indivíduo. Essa perspectiva torna-se ainda pior quando comparamos a síndrome de *burnout*, pois se trata de uma condição mais antiga do ponto de vista literário, sustentado com maior robustez científica e reconhecido como uma patologia. Em maio de 2018, foi classificada pela Organização Mundial da Saúde com um fenômeno ocupacional, sendo incluída na Décima Primeira Revisão de Classificação Internacional de Doenças, a CID-11.

A revisão cumpriu com o objetivo de responder qual a relação existente entre *workaholism* e síndrome de *burnout*, evidenciando que a primeira tem forte característica preditora sobre a segunda e que há modelos teóricos que explicam de maneira contundente essa condição. Os prejuízos tanto sociais quanto psicológicos também foram amplamente discutidos e estratégias de prevenção propostas. Deixamos aqui contribuições para a prática, especialmente no que diz respeito à gerência de serviços hospitalares. Quanto às limitações deste estudo, pode-se apontar a seleção de periódicos, que ocorreu em diversas bases de dados e revistas relevantes para a área, embora possa haver outras não consultadas.

#### REFERÊNCIAS

ANDREASSEN, C.S. et al. A longitudinal study of the relationship between the five-factor model of personality and workaholism. **TPM: Testing, Psychometrics, Methodology in Applied Psychology**, v. 23, n. 3, 2016.

GALDINO, M. J.Q. et al. Burnout, workaholism e qualidade de vida entre docentes de pós-graduação em enfermagem. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 34, 2021.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Classificação estatística internacional de doenças e problemas relacionados à saúde**. 2022.

MOYER, F.; AZIZ, S.; WUENSCH, K. From workaholism to burnout: psychological capital as a mediator. **International Journal of Workplace Health Management**, v. 10, n. 3, p. 213-227, 2017.

SCHAUFELI, B.; DESART, S.; DE WITTE, . Burnout Assessment Tool (BAT)—development, validity, and reliability. **International journal of environmental research and public health**, v. 17, n. 24, p. 9495, 2020.