

ESGOTAMENTO PROFISSIONAL E QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

Sandra Helena Araújo Mendonça¹
Lidiane Silva de Araújo²

RESUMO

Este artigo pretendeu caracterizar as publicações nacionais sobre a relação entre os construtos esgotamento profissional e qualidade de vida no trabalho. Realizou-se uma revisão integrativa, desempenhada no portal BVS, por meio dos descritores "esgotamento profissional", "qualidade de vida" e "trabalho", fixando-se as bases de dados MEDLINE, LILACS, BDENF - Enfermagem e INDEX PSICOLOGIA -periódicos técnico-científicos. Foram consideradas as publicações de 2006-2015 com o texto completo disponível. Estabelecidos os critérios de refinamento e de inclusão/exclusão, somente 3 artigos fizeram parte da revisão, representando menos de 1% do arsenal inicial encontrado (n=316). Os resultados evidenciaram que os artigos foram de autoria múltipla, de natureza empírica e enquadrados dentro de uma metodologia quantitativa. As publicações retrataram a realidade de profissionais vulneráveis ao esgotamento profissional, especialmente professores e profissionais da enfermagem. Em linhas gerais, observou-se uma baixa produção científica nacional sobre o tema, sugerindo a necessidade de desenvolver novas pesquisas.

Palavras-chave: esgotamento profissional; qualidade de vida no trabalho; revisão integrativa.

ABSTRACT

This paper aims to characterize the national publications on the relationship between the Burnout and quality of working life. We conducted an integrative review, performed in VHL portal, through the keywords "Burnout", "quality of life" and "work", settling the data bases MEDLINE, LILACS, BDENF – Enfermagem e INDEX PSYCHOLOGY - periódicos técnico-científicos. Were considered the publications of 2006-2015 with the full text available. Were Established the criteria of refinement and inclusion / exclusion and only 3 articles were part of the review, representing less than 1% of the initial arsenal found (n = 316). The results showed that the articles were multiple authorship, empirical and framed within a quantitative methodology. The publications depict the reality of professionals vulnerable to Burnout, especially teachers and nursing professionals. In general, there was a low national scientific production on the subject, suggesting the need to develop new research.

Keywords: Burnout; quality of life at work; integrative review.

1. INTRODUÇÃO: JUSTIFICATIVA E OBJETIVO

Remetendo-se a história da humanidade, é possível considerar que, assim como o amor e as relações sociais, o trabalho é a dimensão essencial que caracteriza o ser humano (Neffa, 2015). Esta categoria - de caráter social, formadora de identidade e desenvolvimento pessoal - assume um lugar central na sociedade, desempenhando um importante papel na vida psicológica e social do indivíduo (Morin, 2001; Tabeleão, Tomasi & Neves, 2011).

Considerando a centralidade do trabalho na vida humana, a Organização Internacional do Trabalho (OIT) e a Organização Mundial da Saúde (OMS) assumiram o estreito relacionamento entre o trabalho e a saúde, admitindo-se, por conseguinte, uma considerável influência do primeiro termo na saúde do trabalhador (Morin, 2001) e na construção da sua subjetividade.

Neste direcionamento, Areias e Comandule (2004) afirmam que, apesar de ser um elemento de identidade, permitindo o acesso do trabalhador aos bens de consumo e o resgate da sua autoestima, as condições em que o trabalho se dá - em ambientes de competição onde haja desequilíbrio entre esforço e recompensa - poderão afetar sobremaneira a saúde dos trabalhadores, levando-os ao estresse ocupacional ou à cronificação deste (Areias & Comandule, 2004).

Deste modo, de acordo com Fernandes e Vasques-Menezes (2012), são múltiplos os estudos que, consensualmente, reconhecem a relação entre a organização do trabalho e o mal-estar no trabalho. Este pensamento corrobora Dejours (1992), um importante estudioso que assumiu que o trabalho nem sempre viabiliza crescimento, reconhecimento e independência profissional, podendo constituir a própria razão do sofrimento psíquico do vivente.

De tal modo, no campo do trabalho, a saúde mental pode ser explicada a partir de experiências de ordem positiva, tais como o bem-estar e a qualidade de vida, ou, a partir de fenômenos de ordem negativa, como o estresse e o *Burnout* (Tamayo, Mendonça & Silva, 2012). De acordo com Joddas e Haddad (2009), em contextos classificados como estressantes, ou seja, onde o excesso de trabalho pode produzir a exaustão emocional, criativa ou física, reduzindo a energia do indivíduo no que diz respeito à sua eficiência, saúde e bem-estar, os sintomas do estresse crônico ou esgotamento profissional (*Burnout*) são respostas esperadas, deteriorando a qualidade de vida do trabalhador (Batista et al., 2010).

Destarte, conforme Fernandes e Ferreira (2015), o panorama de cobrança excessiva que confere contornos às organizações pode caminhar para o favorecimento da cronificação do estresse ocupacional (esgotamento profissional ou *Burnout*) e a queda da qualidade de vida no trabalho. Neste sentido, por acarretar impactos à saúde física e mental do trabalhador, com evidente comprometimento de sua qualidade de vida no trabalho, a Síndrome de *Burnout* vem sendo apreciada como uma questão de importância no âmbito da saúde pública (Batista et al., 2010).

Reconhecendo a relevância acadêmica e social da relação entre tais construtos, o presente artigo objetivou caracterizar as publicações nacionais sobre a relação entre os construtos esgotamento profissional e qualidade de vida no trabalho. Deste modo, apresenta uma revisão integrativa do conhecimento científico brasileiro sobre esgotamento profissional ou *Burnout* e a qualidade de vida no trabalho.

2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA E METODOLÓGICA

A relação entre o trabalho e a saúde dos trabalhadores tem protagonizado o interesse de várias pesquisas nos últimos anos (Benevides-Pereira, 2010; Carlotto, 2010; Dejours, 1992; Marcelino Filho & Araújo, 2015; Seligmann-Silva, 2011). Segundo Tabeleão, Tomasi e Neves (2011), saúde e qualidade de vida formam entre si complexas relações, as quais dependem de questões físicas e emocionais particulares aos indivíduos, bem como de um contexto socioeconômico, cultural e laboral favoráveis.

Quando, no entanto, os fatores de risco para a saúde no ambiente de trabalho sobrepõem o instrumental de proteção que o profissional dispõe para se proteger desses riscos, um quadro de instabilidade pode se formar na relação entre o trabalho e a saúde do trabalhador, como sugerem os extremos característicos dos conceitos esgotamento profissional e qualidade de vida no trabalho, aspectos detalhados a seguir.

2.1 ESGOTAMENTO PROFISSIONAL

De acordo com Alonso (2014), o alto nível de exigência e a grande competitividade no mercado de trabalho propiciam maior vulnerabilidade aos trabalhadores, favorecendo o aumento da incidência do esgotamento profissional.

Também conhecido como sinônimo de síndrome de *Burnout*, o esgotamento profissional afeta aproximadamente 4% da população economicamente ativa em todo o mundo.

Por tal razão, a Síndrome de *Burnout* tem sido apreciada como um problema social de ampla relevância, suscitando pesquisas em diversos países, uma vez que se encontra vinculada a grandes custos organizacionais e pessoais. Alguns desses devem-se à rotatividade de pessoal, absenteísmo, problemas de produtividade e de qualidade do trabalho, além da visão negativa da instituição e do incremento de acidentes ocupacionais. Deste modo, pode resultar em prejuízos no processo de trabalho e saúde (Batista et al., 2010; Ezaías et al., 2010).

O esgotamento profissional é reconhecido como um transtorno psíquico, cujo registro está presente na CID-10 (Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados à Saúde), na lista de transtornos mentais e do comportamento relacionados com o trabalho (Alonso, 2014). Na legislação brasileira, Batista et al. (2010), na lista de Doenças Profissionais e Relacionadas ao Trabalho, estruturada em doze categorias diagnósticas de transtornos mentais, a síndrome de esgotamento profissional ou *Burnout* constitui a segunda categoria contemplada.

Trata-se de uma doença de ordem psicossocial que aparece como resposta aos estressores interpessoais de natureza crônica que estão relacionados ao meio laboral (Ferreira & Lucca, 2015), diferindo do simples estresse ocupacional. A síndrome foi inicialmente descrita em 1974 por Freudnberger, um médico e psicanalista americano que vivenciou o problema em suas experiências profissionais, sentindo dificuldades e frustração profissional, além de exaustão física e mental (Alonso, 2014).

Em geral, o esgotamento não se desencadeia de maneira aguda ou pontual. Em outras palavras, constitui um processo cujo desenvolvimento se dá de maneira lenta; assim, é raramente percebido em seus estágios iniciais (Batista et al., 2010). Com efeito, a síndrome é a expressão de um processo contínuo, com sentimentos de inadequação em relação ao trabalho e de falta de recursos para enfrentá-lo (Ferreira & Lucca, 2015).

De acordo com Benevides-Pereira (2010), o *Burnout* constitui uma doença multidimensional caracterizada por três aspectos, a saber: (1) exaustão emocional, (2) despersonalização e (3) baixa realização profissional.

A *exaustão emocional* pode ser caracterizada pela falta de energia, levando a pessoa a se sentir esgotada, isto é, sem disposição de recursos emocionais para enfrentar a rotina que o trabalho demanda; sua origem pode estar relacionada a conflitos pessoais nas relações de trabalho e na sobrecarga neste contexto. Por seu tempo, a

despersonalização implica no distanciamento emocional do profissional, caracterizada pela insensibilidade e o contato frio que ele estabelece com aqueles que carecem de seus serviços; em geral, o profissional sob esta condição também apresenta sintomas de alienação, ansiedade, falta de motivação e irritabilidade. Por consequência, tais fatores podem induzir o indivíduo à queda no comprometimento com os resultados do seu trabalho. Outra dimensão que compõe o esgotamento profissional é a *baixa realização profissional*, caracterizada pela tendência que o trabalhador tem a se autoavaliar negativamente, levando-o à insatisfação e ao desânimo com a vida profissional. Deste modo, pode sentir uma diminuição na sua avaliação de competência e êxito, desanimando-se com o trabalho e com o próprio desempenho profissional (Batista et al., 2010; Carlotto, 2010).

Há que se ponderar que as dimensões citadas dependem de características individuais, organizacionais e sociais. Ainda assim, as causas do desgaste físico e emocional encontram-se com mais frequência no ambiente de trabalho do que no indivíduo. Nesta esfera, destacam-se, ainda, o "excesso de trabalho, falta de controle para estabelecer prioridades, remuneração e reconhecimento insuficientes, competitividade e falta de solidariedade entre os pares e de equidade por parte dos colegas e da organização" (Ferreira & Lucca, 2015). Assim sendo, medidas preventivas devem ser tomadas no âmbito organizacional para que a cronificação do estresse ocupacional não se estabeleça, comprometendo a saúde e a qualidade de vida do trabalhador.

2.2 QUALIDADE DE VIDA

Considerada um construto moderno, historicamente, a qualidade de vida (QV) já figurou uma preocupação antiga, também refletida por alguns filósofos, dentre os quais Aristóteles, que a concebeu como sinônimo de "boa vida", representada como a associação entre felicidade e bem-estar. Muito tempo depois, no período subsequente à Segunda Guerra Mundial, a expressão passou a ser comumente utilizada, sendo considerada fruto da melhoria do padrão de vida naquele contexto, sobretudo, em termos de bens materiais. Em linhas gerais, o painel de estudos sobre o assunto sofreu um crescimento vertiginoso nas últimas décadas. Neste sentido, percebe-se o caráter multifacetado deste tema que se delineia em função dos aspectos históricos, sociais, econômicos e culturais de determinadas sociedades (Gordia et al., 2011; Meeberg, 1993).

De acordo com a definição da Organização Mundial de Saúde (OMS), a QV pode indicar "a percepção do indivíduo de sua posição na vida, no contexto da cultura e sistemas de valores nos quais ele vive e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações" (The *Whoqol* Group, 1994, p. 43). Tais percepções originam-se na cultura à qual a pessoa pertence e a questão cultural é fundamental na qualidade de vida, já que diferentes culturas tendem a dar prioridade a aspectos diferentes. Este conceito abarca um estado de bem estar biopsicossocial e, também, a capacidade dos indivíduos ou grupos de realizarem as suas aspirações, satisfazerem as suas necessidades e lidarem e modificarem o seu meio (The *Whoqol* Group, 1994).

Em outras palavras, a QV pode ainda ser concebida como uma representação social com parâmetros objetivos e subjetivos constituintes dos atores sociais. Além destes parâmetros, o conceito inclui elementos de satisfação individual e de bem-estar coletivo.

Independentemente da operacionalização do construto, no âmbito da saúde coletiva e das políticas públicas, esforços têm sido realizados com o intuito de melhorar a QV dos atores sociais por meio de ações preventivas que visem a proteção das pessoas de desfechos patológicos.

Com efeito, informações sobre QV têm sido incluídas tanto como indicadores para avaliação da eficácia, eficiência e impacto de determinadas terapêuticas para grupos de portadores de agravos variados, quanto na comparação entre procedimentos para o controle de problemas de saúde (Gordia et al., 2011; Seidl & Zannon, 2004).

Ao analisar a produção científica brasileira sobre QV, alguns autores realizaram um levantamento sobre o tema na base de dados *Scielo*, no período de janeiro de 2001 a dezembro de 2006. A revisão sistemática procedida evidenciou um aumento sugestivo de publicações sobre o assunto nos últimos três anos do período aludido. Tomados em conjunto (n=124), os artigos selecionados para análise metodológica foram distribuídos em diversas categorias de interesse. Como resultado, a pesquisa em questão indicou uma maior concentração de artigos referentes a relatos de pesquisa sobre aplicação de instrumento (63,9%), seguidos por manuscritos que versavam sobre construção e validação de medidas de QV (20,1%), estudos de natureza qualitativa acerca da QV (8%), revisão bibliográfica (4%) e, finalmente, artigos conceituais (4%) (Landeiro et al., 2011). Segundo os responsáveis pelo citado estudo (Landeiro et al., 2011), apesar de não indicar uma definição consensual sobre QV, as diversas pesquisas sobre o assunto sugerem uma concordância quanto à complexidade dessa temática, designando-a como um conceito

dinâmico, amplo, subjetivo e polissêmico, realidade também corroborada por outros autores.

Partindo dessa premissa, o interesse pelo estudo da qualidade de vida (QV) rompe, por seu tempo, as fronteiras da área de saúde e, atualmente, institui um debate interdisciplinar em busca de avanços concretos para os atores sociais no âmbito das organizações. Embora fértil, tal diversidade demarca alguns dissensos teórico-metodológicos em torno do construto, exigindo do pesquisador maior rigor na delimitação do objeto de estudo em questão (Almeida, Gutierrez & Marques, 2012).

Apesar de constituir uma disposição recente, esta perspectiva positiva resguarda um importante papel nos estudos relacionados aos fatores protetores e de manutenção do desenvolvimento humano saudável. Neste contexto, o interesse pela temática QV pode consagrar a possibilidade de melhoria das condições de vida das pessoas por meio de ações precisas, considerando a realidade dos determinantes da QV, sejam eles de ordem física, psicológica, social ou ambiental (Calvetti et al., 2007; Gordia et al., 2011), no contexto do trabalho, assunto detalhado no subtópico a seguir.

2.3 QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO

Embasados em Carvalho e Moraes (2011) e Lima, Santos Jr. e Xavier (2011), Fernandes e Ferreira (2015) afirmam que, além de não viabilizar o aumento da produtividade no contexto laboral, o excesso de pressão e sobrecarga pode favorecer o adoecimento do trabalhador, comprometendo o desempenho e o alcance da missão organizacional. Nesta conjuntura, os autores preconizam que a produtividade pode ser facilitada nos espaços de trabalho em que a qualidade de vida se fizer presente, daí a importância de que o gestor de recursos humanos tenha sensibilidade para detectar possíveis fatores causadores de estresse ocupacional.

Embora o tema qualidade de vida no trabalho (QVT) pareça instigante, autores como Padilha (2010) e Ferreira (2011) defendem que o suposto cuidado das organizações tem se configurado muito mais como uma atividade motivada pela produtividade do que pelo bem-estar dos trabalhadores. Deste modo, as práticas de melhoria da QVT acabam funcionando como estratégias de sedução gerencial, isto é, uma forma de assistencialismo ou favor mascarado prestado ao empregado, almejando ganhos de desempenho e comprometimento do trabalhador e não objetivamente a sua saúde e bem-estar.

Consequentemente, a promoção da QVT não ocorre isenta de interesse, funcionando como escape para proporcionar sensação imediata de alívio e bem-estar ao trabalhador, ocultando as reais causas ou problemas que sustentam o risco de adoecimento (por exemplo, esgotamento profissional e baixa qualidade de vida) do trabalhador.

Desta feita, deparamo-nos com dois extremos: (i) a gestão das organizações que relega a um secundário plano a necessidade de propor um ambiente saudável, classificando o mal-estar como um problema exclusivo do colaborador e; (ii) as empresas que corrigem o problema com o objetivo de aumentar a performance do funcionário que, por sua vez, afeta diretamente os resultados da corporação (Benke & Carvalho, s. d.)

2.4 METODOLOGIA

Realizou-se uma pesquisa bibliográfica, nomeadamente uma revisão integrativa³, com o objetivo de analisar a produção científica brasileira sobre a relação entre os construtos esgotamento profissional e qualidade de vida no trabalho. Para tanto, procedeu-se a uma pesquisa na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). A escolha deste portal não foi aleatória, mas considerou a importância da BVS, que é reconhecida por ser um espaço de integração de fontes de informação em saúde, promovendo a democratização e ampliação do acesso à informação científica e técnica.

A varredura das publicações foi realizada em dezembro de 2015. Foram utilizadas as expressões "esgotamento profissional", "qualidade de vida" e "trabalho", todas ligadas ao operador booleano "AND". A escolha destes descritores foi baseada nas expressões do DeCS (Descritores em Ciências da Saúde), um tipo de dicionário criado pelo Centro Latino-Americano e do Caribe de Informação em Ciências da Saúde, mais conhecido pela sigla BIREME (de sua denominação original: Biblioteca Regional de Medicina), para servir como uma linguagem única (padrão) na indexação de publicações, facilitando a recuperação de assuntos comuns da literatura científica.

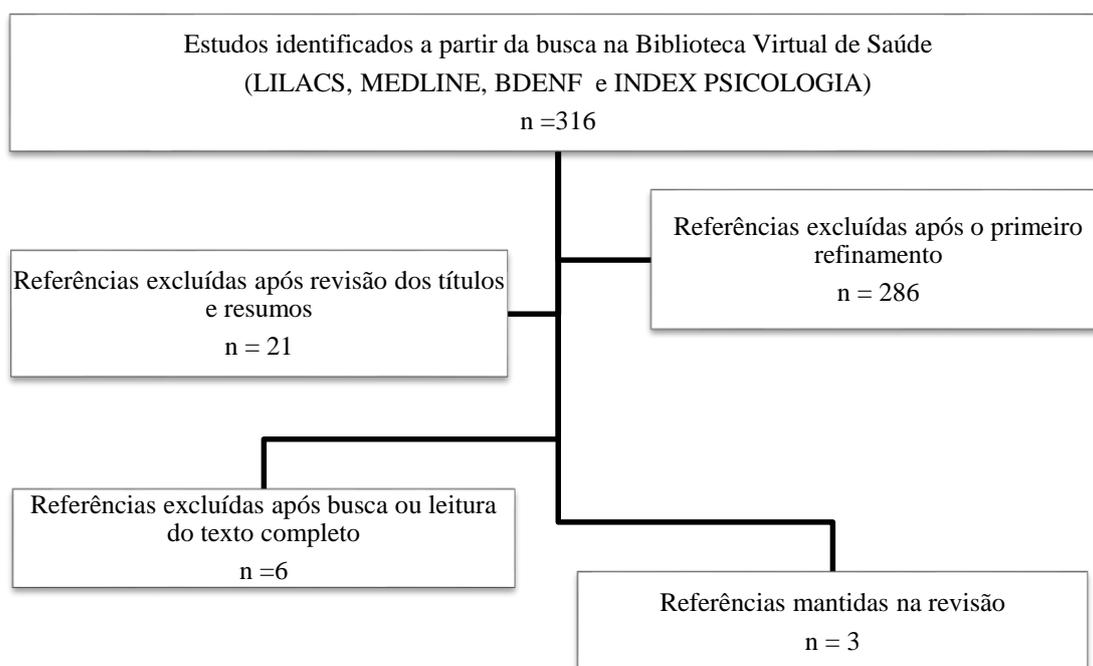
A partir do primeiro comando de busca utilizado, foi possível identificar 316 publicações. Em seguida, foram estabelecidos critérios de inclusão ou de refinamento dos resultados, os quais são apresentados na Tabela 1 a seguir.

Tabela 1. Filtros utilizados para refinar a busca.

Tipo	Filtros selecionados
Descritor	Esgotamento profissional Qualidade de vida Trabalho
Base de dados	Medline Lilacs Bdenf - Enfermagem Index Psicologia - periódicos técnico-científicos
Assunto principal	Esgotamento profissional Qualidade de vida
Ano de publicação	2006-2015
Texto completo	Disponível
País como assunto	Brasil
Tipo de documento	Artigo

Fonte: As autoras (2016).

Segundo a Tabela 1, as bases de dados selecionadas foram: MEDLINE, LILACS, BDNF - Enfermagem e INDEX PSICOLOGIA - periódicos técnico-científicos. Procurando acessar o quadro de publicações dos últimos dez anos, considerou-se para análise a faixa temporal de 2006-2015. Ademais, a busca apreciou como tipo de documento para análise apenas artigos com texto completo disponível, cujos tópicos principais abordavam o esgotamento profissional e a qualidade de vida e apresentavam o Brasil como país de assunto. A seguir, a Figura 1 ilustra uma síntese do processo de seleção de artigos.

Figura 1. Fluxograma de identificação das etapas de seleção dos artigos para a revisão integrativa.

Fonte: As autoras (2016).

Conforme apresentado na Figura 1, após o levantamento inicial, a busca nas bases de dados da BVS viabilizou a emergência de um total de 316 estudos. Embora esta produção seja razoavelmente considerável, poucos foram os artigos mantidos para análise após o estabelecimento dos critérios de refinamento da busca, totalizando 30 publicações elegíveis (Medline: 3; Lilacs: 16; Bdenf - Enfermagem: 11). Depois de geradas as listas dos artigos encontrados, com o objetivo de manter na revisão apenas os artigos ligados ao tema, realizou-se uma leitura dos títulos e resumos das referidas publicações, selecionando-se 9 artigos (Medline: 2; Lilacs: 6; Bdenf - Enfermagem: 1) para a fase de leitura na íntegra; entretanto, destes, dois documentos foram excluídos por não terem seus arquivos disponíveis e quatro artigos foram excluídos por não abordarem a relação propriamente dita entre qualidade de vida no trabalho e esgotamento profissional. Finalmente, procurando detalhar a análise dos artigos realmente representativos do assunto de interesse, 3 publicações (Lilacs) foram mantidas na revisão integrativa.

3. DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

Os dados foram analisados em termos descritivos, com o objetivo de apresentar a categorização dos artigos em função de variáveis analíticas, os quais foram catalogados em formulário bibliográfico, compreendendo os seguintes aspectos: autoria e ano de publicação, título, natureza da pesquisa (artigo teórico ou empírico), objetivo, método (qualitativo, quantitativo ou multimétodos), participantes, instrumentos e principais resultados. A Tabela 2 apresenta o quadro resumo dos estudos incluídos na revisão da literatura.

Tabela 2. Síntese dos artigos mantidos na revisão integrativa.

Artigo	Autoria	Título	Natureza da pesquisa	Objetivo	Método	Participantes	Instrumentos	Principais resultados
1	Tabeleão, Tomasi e Neves (2011)*	Qualidade de vida e esgotamento profissional entre docentes da rede pública de Ensino Médio e Fundamental no Sul do Brasil	Empírica	Investigar os níveis de qualidade de vida entre docentes de escolas estaduais e municipais e relacioná-los com características sociodemográficas e do processo de trabalho.	Quantitativo	Docentes da rede pública de ensino (n=601)	WHOQOL-bref; Maslach <i>Burnout</i> Inventory (MBI) e um questionário sociodemográfico	A combinação dos indicadores de <i>burnout</i> resultou em uma prevalência global de <i>burnout</i> de 31%. Para o conjunto da amostra, os índices médios nos domínios da escala de qualidade de vida foram: 69,2 (DP = 16,8) para o domínio físico, 70,6 (DP = 14,0) para o psicológico, 72,5 (DP = 17,3) para o de relações sociais e 60,7 (DP = 14,0) para o domínio meio ambiente. Sem exceção, todos os indicadores da síndrome de <i>burnout</i> se correlacionaram negativa e significativamente com a qualidade de vida em todos os domínios.
2	Holmes et al. (2014)*	Síndrome de <i>burnout</i> em enfermeiros na atenção básica: repercussão na qualidade de vida	Empírica	Investigar a repercussão da Síndrome de <i>Burnout</i> (SB) na qualidade de vida dos enfermeiros que atuam na atenção básica.	Quantitativo	Enfermeiros do serviço de atenção básica de saúde (n=45)	Maslach <i>Burnout</i> Inventory (MBI) e um questionário sociodemográfico	Os resultados mostraram que 5 (11,1%) enfermeiras possuem sintomas de <i>Burnout</i> e 7 (15,5%) apresentaram alto risco de desenvolver a síndrome.
3	Moreira et al. (2009)*	Qualidade de vida no trabalho e síndrome de <i>burnout</i> em professores de educação física do estado do rio grande do sul, brasil	Empírica	Verificar a correlação entre Qualidade de Vida no Trabalho (QVT) e Síndrome de <i>Burnout</i> (SB) em Professores de Educação Física	Quantitativo	Professores de Educação Física (n=149)	Escala de Avaliação da Qualidade de Vida no Trabalho Percebida por Professores de Educação Física (QVT-PEF), Maslach <i>Burnout</i> Inventory (MBI) e um questionário sociodemográfico.	A maioria dos professores está satisfeita com a QVT, embora esteja insatisfeita com a remuneração e a compensação. No que diz respeito às dimensões da Síndrome de <i>Burnout</i> , as evidências demonstraram que um a cada três docentes possui elevada exaustão emocional; poucos apresentam alta despersonalização; a maioria sente-se realizada profissionalmente. A dimensão exaustão emocional obteve moderada correlação com a dimensão trabalho espaço total de vida do QVT-PEF.

Fonte: As autoras (2016).

Quanto ao número de autores, verificou-se que todos os artigos foram publicados em coautoria (com pelo menos três nomes). De acordo com Vilan Filho (2010), a autoria múltipla parece ser uma tendência geral de crescimento em todas as áreas de conhecimento.

Uma análise detalhada dos títulos dos artigos demonstrou que a maioria deles pode ser melhorada, reduzindo-se o número de palavras com a omissão da localização geográfica onde o estudo foi realizado. Assim, esta informação apareceria no método e o título representaria, em até 12 palavras, apenas o necessário: o teor do artigo e as variáveis principais do estudo (Sabadini et al., 2009).

Quanto à natureza da pesquisa, todas foram estudos empíricos enquadrados dentro de uma metodologia quantitativa. Sobre os objetivos, os artigos apresentaram enfoques semelhantes, conforme demonstrado na Tabela 2. Além disso, observou-se que os participantes dos estudos retrataram a realidade de profissionais comumente propensos ao esgotamento profissional, tais como professores e profissionais da saúde (Enfermagem), conforme a literatura tem discutido como perfil de grande vulnerabilidade ao *Burnout* (Batista et al., 2010; De Marco et al., 2008; Martins et al., 2012; Mininel, Baptista & Felli, 2011; Tavares et al., 2014).

Acerca dos objetivos dos estudos, em linhas gerais, quase todas as publicações tiveram como pretensão a identificação dos níveis de *Burnout* e as médias nos domínios de qualidade de vida e a relação entre tais indicadores. Com isso, grosso modo, utilizaram-se de instrumentos para medir os construtos referidos. No que tange à qualidade de vida, apenas dois estudos utilizaram medidas sobre o construto (Whoqol-bref; Escala de Avaliação da Qualidade de Vida no Trabalho Percebida por Professores de Educação Física (QVT-PEF)). Ademais, foi unânime o uso de questionário sociodemográfico para caracterizar os participantes e o *Maslach Burnout Inventory* (MBI) para medir os níveis de *Burnout*. De acordo com Carlotto (2010), esta escala, criada por Christina Maslach, é o instrumento de avaliação de *Burnout* mais utilizado.

De forma resumida, o primeiro artigo (Tabeleão, Tomasi, Neves, 2011) apresentou uma pesquisa com boa qualidade teórica e rigor metodológico. Embora tenha exibido os indicadores de *Burnout* no corpo do trabalho, notou-se que a seção do resumo apresentou apenas os dados relativos ao construto qualidade de vida e sua relação com outras variáveis sociodemográficas. Deste modo, as demais contribuições apresentadas ao longo do manuscrito poderiam constar igualmente no resumo, refletindo a qualidade das análises realizadas e ilustradas no corpo do texto. Em outras palavras, isto não diminui

as contribuições dos autores, que identificaram que todos os indicadores da síndrome de *Burnout*, sem exceção, se correlacionaram negativa e significativamente com a qualidade de vida em todos os domínios.

No segundo artigo (Holmes et al., 2014), embora o propósito da pesquisa tenha sido investigar a repercussão da síndrome de *Burnout* na qualidade de vida dos profissionais, os instrumentos utilizados não viabilizaram o acesso a um indicador mensurável e robusto do segundo construto (qualidade de vida). Assim, percebeu-se uma ênfase dos autores à operacionalização teórico-metodológica do esgotamento profissional, em detrimento da qualidade de vida.

Ainda que o conhecimento científico destaque a relação negativa entre tais variáveis (quanto maior o nível de esgotamento profissional, menor o nível de qualidade de vida), esta evidência no estudo deveria ser bem sustentada metodologicamente, utilizando-se, possivelmente, de uma medida. Deste modo, os autores deveriam se restringir à discussão dos resultados relacionados ao instrumento que avalia *Burnout* e a sua relação com aspectos sociodemográficos, sugerindo relação com a qualidade de vida, mas, justificando a limitação da sua quantificação na pesquisa, indicando a necessidade de novos estudos nesta direção. No entanto, vale salientar que esta limitação não retira a contribuição do estudo de Holmes et al. (2014), que identificou níveis de *Burnout* para a amostra estudada e a sua relação com as características dos participantes, ratificando, conforme sugere a literatura, que o cotidiano profissional no âmbito da Enfermagem é permeado pela síndrome, sobretudo no que tange à dimensão da exaustão emocional.

Por fim, o terceiro estudo (Moreira et al., 2009) encontrou evidências semelhantes, mas em maiores proporções no que tange à dimensão da exaustão emocional. Os participantes do estudo, embora tenham se mostrado satisfeitos com a qualidade de vida no trabalho, um a cada três docentes apresentou elevada exaustão emocional; poucos apresentam alta despersonalização e a maioria sentiu-se realizada profissionalmente. Viu-se, ainda, que a dimensão exaustão emocional obteve moderada correlação com a dimensão trabalho espaço total de vida do QVT-PEF.

4. CONCLUSÕES

A presente pesquisa teve como objetivo conhecer o panorama de publicações nacionais sobre esgotamento profissional ou *Burnout* e a qualidade de vida no trabalho. Considera-se que a revisão da literatura aqui apresentada oferece contribuições

importantes para uma maior caracterização da produção científica brasileira acerca da relação entre os conceitos em questão.

Fizeram parte da revisão integrativa apenas 3 estudos, representando menos de 1% do total inicial encontrado (n=316). Em geral, os achados apontaram artigos de autoria múltipla, de natureza empírica e enquadrados dentro de uma metodologia quantitativa. As publicações contemplaram a realidade de profissionais vulneráveis ao esgotamento profissional, tais como professores (n=2) e profissionais da enfermagem (n=1). As pesquisas evidenciaram uma correlação negativa entre esgotamento profissional e qualidade de vida. Quanto às dimensões do *Burnout*, foi unânime a maior pontuação na dimensão exaustão emocional. Considerando o número de artigos revisados, foi notória a baixa produção científica sobre o tema no âmbito nacional.

Como qualquer pesquisa científica, apesar de suas contribuições, identificaram-se algumas limitações no presente estudo. Neste contexto, para pesquisas futuras, seria importante ampliar os períodos de buscas, bem como as bases de dados e os idiomas utilizados nos descritores, extrapolando a síntese do conhecimento sobre o assunto para a realidade de outros países, a fim de conhecer o que tem sido produzido no âmbito internacional. Outro caminho viável seria a inclusão de outros tipos de documento, como dissertações e teses realizadas na área.

Assim, considerando que ainda são incipientes as pesquisas sobre o tema, novos estudos são sugeridos para que, mediante adição de novas perspectivas de análise, o tema seja compreendido de maneira clara e ampla.

BIBLIOGRAFIA

Almeida, M. A. B., Gutierrez, G. L., & Marques, R. (2012). *Qualidade de vida definição, conceitos e interfaces com outras áreas de pesquisa*. São Paulo: Escola de Artes, Ciências e Humanidades – EACH/USP.

Alonso, F. G. (2014). *Síndrome de Burnout: manual de medidas preventivas e identificativas para aplicação pelo engenheiro de segurança do trabalho*. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) – Universidade Tecnológica Federal do Paraná, Curitiba.

Areias, M. E. Q., & Comandule, A. Q. (2004). *Qualidade de vida, estresse no trabalho e*

síndrome de Burnout, Em: Gonçalves, A., Gutierrez, G. L., Vilarta, R. (Org.).

Qualidade de vida e fadiga institucional. Campinas: IPES Editorial.

Batista, J. B. V. et al. (2010). Prevalência da Síndrome de *Burnout* e fatores sociodemográficos e laborais em professores de escolas municipais da cidade de João Pessoa, PB. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, São Paulo, 13(3), 502-512.

Recuperado em 26 de janeiro de 2016, de

<http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-790X2010000300013&lng=pt&nrm=iso>

Benevides-Pereira, A. M. T. (Org.). (2010). *Burnout: quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador* (4a ed). São Paulo, Casa do Psicólogo.

Benke, M. R. P.; Carvalho, E. *Estresse x qualidade de vida nas organizações: um estudo teórico*. [s. d.]. Recuperado em 15 de janeiro de 2016, de

<<http://faculdadeobjetivo.com.br/arquivos/Estresse.pdf>>.

Calvetti, P. U., Muller, M. P., & Nunes, M. L. T. (2007). Psicologia da Saúde e Psicologia Positiva: Perspectivas e Desafios. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 27(4), 706-717.

Recuperado em 15 de janeiro de 2016, de

<<http://www.scielo.br/pdf/pcp/v27n4/v27n4a11.pdf>>.

Carlotto, M. S. (2010). *Síndrome de Burnout: o estresse ocupacional do professor*.

Canoas, Editora ULBRA.

Carvalho, G. M. C., & Moraes, R. D. (2011). Sobrecarga de trabalho e adoecimento no Polo Industrial de Manaus. *Psicologia em Revista*, 17(3), 465-482. Recuperado em 15 de janeiro de 2016, de

<<http://periodicos.pucminas.br/index.php/psicologiaemrevista/article/view/2393>>.

De Marco, P. F. et al. (2008). O impacto do trabalho em saúde mental: transtornos psiquiátricos menores, qualidade de vida e satisfação profissional. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, Rio de Janeiro, 57(3), 178-183. Recuperado em 26 de janeiro de 2016, de

<http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0047-20852008000300004&lng=en&nrm=iso>.

Dejours, C. A. (1992). *Loucura do trabalho: estudo de psicopatologia do trabalho*. São Paulo, Cortez.

Ezaias, G. M. et al. (2010). Síndrome de *Burnout* em trabalhadores de saúde em um hospital de média complexidade. *Revista Enfermagem UERJ, Rio de Janeiro, 18(4)*, 524-529.

Fernandes, L. C., & Ferreira, M. C. (2015). Qualidade de vida no trabalho e risco de adoecimento: estudo no poder judiciário brasileiro. *Psicologia USP, 26(2)*, 296-306. Recuperado em 21 de janeiro de 2016, de <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-65642015000200296>.

Fernandes, S. R. P., & Vasques-Menezes, I. (2012). Organização do trabalho: implicações para a saúde do trabalhador. In M. C. Ferreira, & H. Mendonça (Orgs.). *Saúde e bem-estar no trabalho: dimensões individuais e culturais* (pp. 261-275). São Paulo, SP: Casa do Psicólogo.

Ferreira, M. C. (2011). A ergonomia da atividade pode promover a qualidade de vida no trabalho? Reflexões de natureza metodológica. *Revista Psicologia: Organizações e Trabalho, 11*, 8-20. Recuperado em 21 de janeiro de 2016, de <<https://periodicos.ufsc.br/index.php/rpot/article/view/22243>>.

Ferreira, N. N., & Lucca, S. R. (2015). Síndrome de *Burnout* em técnicos de enfermagem de um hospital público do Estado de São Paulo. *Revista brasileira de epidemiologia, São Paulo, 18(1)*, 68-79. Recuperado em 01 de fevereiro de 2016, de <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-790X2015000100068&lng=en&nrm=iso>.

Gordia, A. P. et al. (2011). Qualidade de vida: contexto histórico, definição, avaliação e fatores associados. *Revista brasileira de qualidade de vida, 3(1)*, 40-52.

Holmes, E. S. et al. (2014). Síndrome de *Burnout* em enfermeiros na atenção básica: repercussão na qualidade de vida. *Revista de pesquisa: cuidado é fundamental (Online)*,

Rio de Janeiro, 6(4), 1384-1395. Recuperado em 26 de janeiro de 2016, de <http://www.seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/3311/pdf_656>.

Jodas, D. A., & Haddad, M. C. L. (2009). Síndrome de *Burnout* em trabalhadores de enfermagem de um pronto socorro de hospital universitário. *Acta paulista de Enfermagem, São Paulo*, 22(2), 192-197. Recuperado em 21 de dezembro de 2015, de <<http://www.scielo.br/pdf/ape/v22n2/a12v22n2.pdf>>.

Landeiro, B. et. al. (2011). Revisão sistemática dos estudos sobre qualidade de vida indexados na base de dados Scielo. *Revista Ciência & Saúde coletiva*, 16(10), 4257-4266. Recuperado em 28 de dezembro de 2015, de <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232011001100031>.

Lima, J. J., Santos JR., G., & Xavier, A. A. P. (2011). Análise de dependência da QVT sobre produtividade: estudo em operadores de caixa de uma praça de pedágio. *Anais do I Congresso Brasileiro de Engenharia de Produção (CONBREPRO)*, Ponta Grossa, PR.

Marcelino Filho, A., & Araújo, T. M. (2015). Estresse ocupacional e saúde mental dos profissionais do centro de especialidades médicas de Aracaju. *Trab. educ. saúde, Rio de Janeiro*, 13(1), 177-199.

Martins, C; C; F., Vieira, A. N., & Santos, V. E. P. (2012). Reflexos do trabalho na qualidade de vida de enfermeiros. *Revista de pesquisa: cuidado é fundamental (Online), Rio de Janeiro*, 4(4), 2966-2971. Recuperado em 26 de janeiro de 2016, de <http://www.seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/1857/pdf_638>.

Meeberg, A. G. (1993). Quality of life: a concept analysis. *Journal of Advanced Nursing*, 18(1), 32-38. Recuperado em 30 de novembro de 2015, de <<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/8429165>>.

Mininel, V., Baptista, P., & Felli, V. (2011). Cargas psíquicas e processos de desgaste em trabalhadores de enfermagem de hospitais universitários brasileiros. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 19(2), 340-347. Recuperado em 26 de janeiro de 2016, de <<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=281421955016>>.

Moreira, H. R. et al. (2009). Qualidade de vida no trabalho e síndrome de *Burnout* em professores de educação física do estado do Rio Grande do Sul, Brasil. *Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde*, 14(2), 115-122. Recuperado em 26 de janeiro de 2016, de <<https://periodicos.ufpel.edu.br/ojs2/index.php/RBAFS/article/viewFile/763/772>>.

Morin, E. (2001). Os sentidos do trabalho. *RAE - Revista de Administração de Empresas, São Paulo*, 41(3), Jul./Set., 8-19.

Neffa, J. C.. (2015). O trabalho humano e a sua centralidade. *Revista Ciências do Trabalho*, 4(1), 7-26.

Padilha, V. (2010). Qualidade de vida no trabalho num contexto de precarização: A panaceia delirante. *Trabalho, Educação e Saúde*, 7(3), 549-563. Recuperado em 21 de janeiro de 2016, de <http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1981-77462009000300009&script=sci_arttext>.

Sabadini, A. A. Z. P., Sampaio, M. I. C., & Koller, S. H. (org.). (2009). *Publicar em Psicologia: um enfoque para a revista científica*. São Paulo: Casa do Psicólogo.

Seidl, E. M. F., & Zannon, C. M. L. C. (2004). Qualidade de vida e saúde: aspectos conceituais e metodológicos. *Cadernos de Saúde Pública [online]*, 20(2), 580-588. Recuperado em 30 de novembro de 2015, de <<http://www.prr4.mpf.gov.br/pesquisaPauloLeivas/arquivos/seidl-zannon-2004.pdf>>.

Seligmann-Silva, E. (2011). *Trabalho e desgaste mental: o direito de ser dono de sim mesmo*. São Paulo, Cortez.

Tabeleao, V. P., Tomasi, E., & Neves, S. F. (2011). Qualidade de vida e esgotamento profissional entre docentes da rede pública de Ensino Médio e Fundamental no Sul do Brasil. *Cadernos de Saúde Pública, Rio de Janeiro*, 27(12), 2401-2408. Recuperado em 18 de janeiro de 2016, de <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-311X2011001200011>.

Tamayo, R. M., Mendonça, H., & Silva, E. N. (2012). Relação entre estresse ocupacional, coping e *Burnout*. Em M. C. Ferreira, & H. Mendonça (orgs.), *Saúde e bem-estar no trabalho: dimensões individuais e culturais* (pp. 35-57). São Paulo: Casa do Psicólogo.

Tavares, K. F. A. et al. (2014). Ocorrência da síndrome de *Burnout* em enfermeiros residentes. *Acta paulista de Enfermagem, São Paulo, 27*(3), 260-265. Recuperado em 01 de fevereiro de 2016, de <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-21002014000300260>.

Vilan Filho, J. L. (2010). *Autoria múltipla em artigos de periódicos científicos das áreas de informação no Brasil*. Tese (Doutorado) – Universidade de Brasília, Brasília, DF.

Whoqol Group. (1994). The development of the World Health Organization quality of life assessment instrument (the WHOQOL). Em J. Orley, & W. Kuyken (Eds.), *Quality of life assessment: international perspectives* (pp. 41-60). Heidelberg: Springer Verlag.



¹Servidora do Tribunal de Justiça-PB, tecnóloga em Gestão de Recursos Humanos (2015) e MBA em Gestão de Recursos Humanos pelo Centro Universitário Internacional UNINTER. Telefone: (83) 988657833.

²Doutoranda em Psicologia Social pela Universidade Federal da Paraíba (UFPB). Mestre em Psicologia Social pela UFPB (2014). Possui formação (2011) e licenciatura (2009) em Psicologia pela Universidade Federal da Paraíba, com estágio curricular em Psicologia Clínica (abordagem centrada na pessoa). Tem experiência na área da saúde coletiva, atuando nos seguintes temas: depressão, bullying, preconceito e obesidade, com ênfase em Psicologia Social. Telefone: (83) 988563457.



³ Tipo de revisão da literatura com um certo rigor que viabiliza a síntese de conhecimentos sobre estudos desenvolvidos a partir de diferentes metodologias.