

Fatores Sociodemográficos e Ocupacionais Associados à Síndrome de *Burnout* em Motociclistas Entregadores

Nayara Cristian Gadelha Braga¹, Antonio Paulo Angélico², Daniela Carine Ramires Oliveira³

¹ <https://orcid.org/0009-0003-9900-6807> / Universidade Federal de São João del-Rei (UFSJ), São João del-Rei, MG, Brasil

² <https://orcid.org/0000-0002-6926-0439> / Universidade Federal de São João del-Rei (UFSJ), São João del-Rei, MG, Brasil

³ <https://orcid.org/0000-0002-9573-8424> / Universidade Federal de São João del-Rei (UFSJ), São João del-Rei, MG, Brasil

Resumo

A pandemia de Covid-19 agravou a precariedade das condições de trabalho informal, particularmente nos serviços de entrega. Considerando a carência de pesquisas sobre o *burnout* em motociclistas entregadores, este estudo investigou as associações entre fatores sociodemográficos e ocupacionais, em especial a qualidade de vida no trabalho (QVT), e a síndrome de *burnout* nesta população-alvo. Uma amostra de 101 motociclistas em três cidades de Minas Gerais respondeu a três instrumentos: Inventário da Síndrome *Burnout*, *Quality of Working Life Questionnaire*, e Questionário Sociodemográfico e Ocupacional. Os resultados indicaram uma prevalência alta (24,8%) da síndrome na amostra. O grupo acometido por *burnout* apresentou significativamente pior QVT geral e em seus domínios físico, psicológico, pessoal e profissional, comparativamente ao grupo não acometido. Os dados apontam a necessidade de um melhor preparo das empresas do setor de serviço para estratégias de prevenção, identificação e tratamento da síndrome de *burnout* entre seus colaboradores.

Palavras-chave: *Burnout*, qualidade de vida no trabalho, trabalho informal.

Sociodemographic and Occupational Factors Associated with Burnout Syndrome in Motorcycle Delivery Riders

Abstract

The Covid-19 pandemic has intensified the precariousness of informal work conditions, particularly in delivery services. Considering the lack of research on burnout among motorcycle delivery riders, this study investigated the associations between sociodemographic and occupational factors, particularly the quality of working life (QWL), and burnout syndrome in this target population. A sample of 101 riders in three cities in Minas Gerais responded to three instruments: the Burnout Syndrome Inventory, Quality of Working Life Questionnaire, and Sociodemographic and Occupational Questionnaire. The results indicated a high prevalence (24.8%) of the syndrome in the sample. The group affected by burnout showed significantly poorer overall QWL and in the physical, psychological, personal, and professional domains compared to the group not affected. The data highlights the need for better prepared among companies in the service sector for strategies to prevent, identify and treat burnout syndrome among their employees.

Keywords: Burnout, quality of work life, informal work.

Factores Sociodemográficos y Laborales Asociados al Síndrome de *Burnout* en Motociclistas Entregadores

Resumen

La pandemia de Covid-19 ha exacerbado la precariedad de las condiciones de trabajo informal, especialmente en servicios de entrega. Considerando la falta de investigación sobre el *burnout* en motociclistas entregadores, este estudio investigó las asociaciones entre factores sociodemográficos y ocupacionales, especialmente la Calidad de Vida Laboral (CVL), y el síndrome de *burnout* en esta población-objetivo. Una muestra de 101 repartidores en tres ciudades de Minas Gerais respondió a tres instrumentos: Inventario del Síndrome de *Burnout*, *Quality of Working Life Questionnaire*, y Cuestionario Sociodemográfico y Ocupacional. Los resultados indicaron una alta prevalencia (24,8%) del síndrome en la muestra. El grupo afectado por *burnout* mostró una CVL significativamente peor en general y en dominios físico, psicológico, personal y profesional en comparación con el grupo no afectado. Los datos señalan la necesidad de una mejor preparación de las empresas del sector de servicios para estrategias de prevención, identificación y tratamiento del síndrome de *burnout* entre sus empleados.

Palabras clave: *Burnout*, calidad de vida en el trabajo, trabajo informal.

Os avanços tecnológicos trazidos pela quarta revolução industrial reduziram os postos de trabalho, sendo visível o impacto causado, apresentando-se como um retrocesso social para o setor trabalhista (M. G. Delgado, 2017). Com essas evoluções, o crescimento do setor de serviços tem sido muito significativo e o acesso à população tem sido facilitado por novas tecnologias, que têm tornado possível estabelecer diversas formas e relações de trabalho, como a *gig economy* (ou “economia dos bicos”), economia do compartilhamento e *work on demand*.

Há autores que tratam estes termos como se fossem sinônimos e outros que os consideram ser expressões distintas, e, entre eles, também é possível encontrar variações. De modo preciso, a *gig economy* pode ser compreendida como a dimensão do trabalho inserida na economia de compartilhamento, que cria mercados que permitem a troca de bens e o surgimento de novos serviços. Já o *work on demand* via apps é o trabalho executado de forma tradicional, com a presença física do(a) trabalhador(a) – como transporte e limpeza, por exemplo –, mas canalizado por meio de plataformas digitais (Centro de Ensino e Pesquisa em Inovação, 2021). Surgiram, então, as empresas-plataforma, que prestam diversos tipos de serviços por meio de algoritmos de aplicativos (Abílio, 2019; Fleming, 2017).

Economistas neoclássicos desenvolveram a chamada Teoria do Capital Humano, a qual prega a autonomia de trabalhadores. Segundo o discurso neoclássico, os trabalhadores autônomos obtêm benefícios de seu próprio trabalho, decidem quando trabalhar e são seus próprios patrões. São donos de suas habilidades e de suas decisões, dando um importante passo para alcançarem a liberdade em relação ao trabalho. Porém, esses trabalhadores autônomos são pagos apenas quando estão no exercício de suas funções, ou seja, recebem seu pagamento de acordo com as horas trabalhadas, o que os neoclássicos chamam de “contratos de zero horas” (Fleming, 2017).

As empresas-plataforma gerenciam a prestação de diversos tipos de serviços, como transporte de pessoas, entrega de mercadorias, limpeza de casas, entre outros. Os aplicativos de entrega denominam os seus trabalhadores como “motoristas parceiros”, “colaboradores”, “profissionais de entregas” e “entregadores parceiros”, de forma a enfatizar a questão da liberdade para trabalhar quando quiser, afirmando que esse tipo de serviço permite um melhor gerenciamento de tempo, maior flexibilidade e maior retorno financeiro (Praxedes, 2020).

Durante a pandemia de Covid-19, houve um crescimento significativo do setor de serviços e o tempo de trabalho dos entregadores, que já era longo, aumentou ainda mais. Estudos recentes, realizados pela Rede de Estudos e Monitoramento da Reforma Trabalhista (REMIR), analisaram as condições de trabalho de entregadores de aplicativos no ano de 2020, no Brasil. Foram coletados dados de 270 profissionais cadastrados nas empresas Ifood, Rappi, Uber Eats e Loggi, em 29 cidades brasileiras, utilizando um questionário on-line por meio da ferramenta Google Forms (Abílio et al., 2020).

Foi feita, dentre outras, uma análise relativa ao tempo de trabalho e, de acordo com os resultados, no decorrer da pandemia, 43,3% dos entregadores relataram trabalhar até oito horas por dia e 56,7% afirmaram trabalhar mais de nove horas diárias. O maior incremento ocorreu na faixa dos que relataram trabalhar entre nove e dez horas por dia, sendo 18,5% antes da pandemia e 24,1% após seu início. Considerando essa carga horária, o tempo dedicado ao trabalho por esses entregadores de aplicativo é muito elevado, além de estar associado à queda da remuneração recebida por eles (Abílio et al., 2020).

Conforme G. N. Delgado (2012), como direito fundamental,

o trabalho pauta-se na dignidade humana, que é o nexo existente entre os direitos fundamentais e o Estado Democrático de Direito. Dessa forma, o direito fundamental ao trabalho digno deve ser uma regra. Contudo, para que seja digno, é necessária a regulamentação da atividade e que sobre esta sobrevenham as normas internacionais, constitucionais e infraconstitucionais, com direito a salário que gere a subsistência do trabalhador e de sua família, direito à proteção ao trabalho e emprego, limitação razoável das horas de trabalho, entre outros (Oliveira & Tourinho, 2020).

Nesse contexto, o setor trabalhista passa por um cenário de precarização, visto que, além da questão do emprego em condições problemáticas e insalubres, observa-se a tentativa de burlar a existência da relação de emprego, utilizando-se do empreendedorismo, falso associativismo, entre outros subterfúgios, para iludir o empregado, situação que pode ser claramente observada na relação entre as empresas-plataforma e os entregadores (Dutra & Sepúlveda, 2020; Freni-Sterrantino & Salerno, 2021; Vignola et al., 2023). Os trabalhadores vivem cada vez mais preocupados com o reconhecimento no mercado de trabalho, o que tem se tornado motivo de grande adoecimento da classe, causando transtornos psiquiátricos como depressão, estresse, alcoolismo e síndrome de *burnout* (Grangeiro et al., 2008), sendo esta última o foco do presente estudo.

As doenças do trabalho são adquiridas ou desencadeadas em função das condições de organização e do ambiente de trabalho e, nesse contexto, é importante ressaltar a qualidade de vida no trabalho (QVT), um termo que tem sido bastante discutido nos últimos anos, inclusive no Brasil. A base do conceito da QVT é a saúde do ser humano, o seu bem-estar, sua relação intrapessoal, o ato de se sentir bem consigo mesmo e realizado (Quadros & Minagawa, 2021; Tsuboi & Rosim, 2022). Vários autores discutem as transformações do trabalho e os impactos que o excesso de horas de trabalho, baixa remuneração e falta de regulamentação causam na saúde mental do trabalhador (Fleming, 2017).

Na literatura internacional, os transtornos psicológicos causados pelo trabalho, como o *burnout*, são amplamente discutidos (Grangeiro et al., 2008). Maslach e Jackson (1981) propuseram uma definição da síndrome de *burnout*, caracterizando-a pela exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional, que ocorrem frequentemente em pessoas que executam algum tipo de trabalho que implique em contato direto e intenso com seus clientes (indivíduos para quem o sujeito presta algum tipo de serviço, cuidado ou tratamento). De acordo com Trigo et al. (2007), os sintomas da síndrome de *burnout* interferem na vida do trabalhador de forma negativa, ocasionando problemas tanto na vida pessoal como profissional. Os sintomas podem ir desde dores de cabeça, falta de atenção à irritabilidade e agressividade. Na vida profissional do trabalhador, podem ocorrer conflitos com colegas de trabalho e, até mesmo, abandono da profissão. Exaustão emocional e distanciamento afetivo estão entre os sintomas mais comuns da síndrome de *burnout*.

A literatura relata casos de acidente vascular cerebral (AVC) e problemas cardíacos em trabalhadores de empresas-plataforma decorrentes da síndrome de *burnout*, devido à prática de jornadas extenuantes (Praxedes, 2020). Cândido e Souza (2017) mencionaram que a lei previdenciária brasileira reconhece a síndrome de *burnout* como uma doença ocasionada pelo trabalho, possuindo inclusive registro na Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados à Saúde (CID-10).

Em um trabalho de revisão de literatura, foram realizadas buscas sistemáticas, sem especificação de período, nas bases de dados indexadas: *ISI Web of Knowledge*, *Web of Science*, LILACS, MEDLINE, Biblioteca Virtual de Saúde (BVS), PsycInfo, PubMed, SciELO e *Science Direct*, utilizando os seguintes descritores: “*burnout*”, “sobretensão”, “estresse ocupacional”, “estresse”, “variáveis sociodemográficas”, “fatores sociodemográficos”, “características sociodemográficas”, “variáveis de trabalho”, “características de trabalho”, “variáveis ocupacionais”, “fatores ocupacionais”, “características ocupacionais”, “qualidade de vida no trabalho” e seus correlatos no idioma inglês “*burnout*”, “estresse”, “economia de bicos”, “uberização”, “plataforma de trabalho”, “trabalhadores de aplicativo”, “entregadores de aplicativo”, “entregadores de alimentos” e “qualidade de vida no trabalho”, e seus correlatos no idioma inglês “*burnout*”, “*stress*”, “*gig economy*”, “*uberization*”, “*platform work*”, “*delivery apps*”, “*food delivery workers*”, “*working life quality*”. Os critérios de inclusão adotados foram: ter como objetivo principal verificar a relação entre as variáveis sociodemográficas e/ou ocupacionais e a síndrome de *burnout* e ter como população-alvo trabalhadores de aplicativo de entrega, que se utilizam da motocicleta como meio de trabalho. Empregaram-se os seguintes critérios de exclusão: pesquisas realizadas com outras profissões e aquelas que objetivaram apenas realizar uma caracterização sociodemográfica e/ou ocupacional dos trabalhadores acometidos pela síndrome. Em uma primeira busca, não foram encontrados estudos que relacionassem a síndrome de *burnout* à atividade desenvolvida por trabalhadores de aplicativos de entrega, tanto na literatura internacional, como na nacional. Entretanto, foram encontradas duas pesquisas que relacionaram o estresse a trabalhos exercidos por meio de aplicativos (empresas-plataforma) (Apouey et al., 2020; Sessions et al., 2021).

Em uma segunda busca, não foi delimitada a população-alvo e excluíram-se pesquisas que focaram a relação entre a síndrome e variáveis específicas como a forma de trabalho, e se interessaram em analisar apenas os trabalhadores acometidos pelo *burnout*, sem fazer uma associação com as variáveis sociodemográficas e ocupacionais. Foram encontradas três pesquisas que relacionaram as variáveis sociodemográficas e ocupacionais e a QVT à síndrome de *burnout* em ocupações distintas (Roa & Dulcic, 2018; Ribeiro et al., 2020; Viotti et al., 2017). Os dois estudos identificados na primeira busca e as três pesquisas obtidas nessa segunda busca serão descritos a seguir.

A pesquisa de Apouey et al. (2020) foi realizada com amostra que variou de 94 a 137 participantes, ao longo das fases, na cidade de Paris e regiões metropolitanas na França, utilizando-se de um questionário. Os trabalhadores autônomos de aplicativos (nas ocupações de motorista de transporte de pessoas, motociclistas e ciclistas que faziam entrega de alimentos) foram mais afetados pela crise advinda da pandemia, em aspectos financeiros e relacionados à saúde física, do que outros profissionais que prestavam serviços domésticos por aplicativo e *freelancers* que não trabalhavam por aplicativo. No entanto, os motoristas de transporte de pessoas relataram níveis de estresse e ansiedade mais elevados quando estavam em casa sem trabalhar do que quando estavam na rua trabalhando.

Utilizando um questionário, Sessions et al. (2021) investigaram as implicações da inconsistência de status entre o trabalho exercido por meio de aplicativos e o trabalho em tempo integral, regido por regulamentação trabalhista, sobre o estresse, bem-estar, desempenho dos funcionários e exaustão emocional, em uma amostra de 278 profissionais de várias

regiões dos Estados Unidos. O principal resultado do estudo foi a confirmação de que ter dois empregos, um em tempo integral com leis trabalhistas e um autônomo por aplicativo, aumentava o estresse e a exaustão emocional que, por sua vez, foram associados a um maior desgaste emocional e diminuição do desempenho dos funcionários.

O estudo de Roa e Dulcic (2018) foi realizado com 212 professores do ensino básico, no Chile, utilizando os seguintes instrumentos de medida: o NEO *Five-Factor Inventory* (NEO-FFI), o *Cuestionario de estar quemado por el trabajo* (CESQT), e o *Cuestionario de Calidad de Vida Profesional* (CVP-35). Os tipos de personalidade visualizador, inseguro, cético, temeroso, hedonista, impulsivo, empreendedor e complicado estiveram relacionados à síndrome de *burnout*. Apenas a dimensão “*Cargas de Trabajo*” de QVT se associou positiva e significativamente com o escore total e o fator “*Desgaste Psíquico*” da síndrome de *burnout*, o que significa que uma alta sobrecarga de trabalho gera maior desgaste emocional e tensão no trabalhador, devido à necessidade de equilibrar a vida pessoal e as exigências do contexto de trabalho.

Viotti et al. (2017) analisaram os fatores psicossociais preditores da síndrome de *burnout* em agentes penitenciários na Itália. Os autores aplicaram questionários para avaliar os fatores psicossociais e utilizaram o Maslach *Burnout Inventory* (MBI) para medir a síndrome de *burnout*, em uma amostra composta por 130 agentes. A pesquisa confirmou que as três dimensões da síndrome de *burnout* foram preditas por diferentes fatores psicossociais relacionados ao contexto organizacional (justiça, interação entre áreas, qualidade de informação e clareza); fatores extrínsecos do trabalho (premiações/recompensas e horários); fatores intrínsecos ao trabalho (habilidades, autonomia, carga cognitiva, carga física, clareza e críticas) e fatores de apoio social (apoio entre colegas e superiores).

Ribeiro et al. (2020) examinaram a relação entre a síndrome de *burnout* e os fatores ocupacionais de professores brasileiros do ensino fundamental e médio. A amostra foi composta por 200 professores, aos quais foi aplicado o MBI e um questionário sociodemográfico e ocupacional. A pesquisa constatou que as variáveis “tempo de admissão na instituição” e “experiência na área da educação” apresentaram significância estatística, demonstrando, assim, que os professores estavam propensos a desenvolverem a síndrome de *burnout* quando exerciam a função por longos períodos, ou seja, mais de 11 anos de carreira.

O problema de pesquisa identificado na literatura foi a inexistência de estudos que investigassem a síndrome de *burnout* em motociclistas entregadores, refletindo uma carência de pesquisas sobre o tema, tanto no contexto nacional, quanto internacional, considerando o procedimento de busca adotado. Por conseguinte, as questões de pesquisa que se colocam neste trabalho são: (1) Qual é a prevalência da síndrome de *burnout* em motociclistas entregadores? (2) Quais as relações entre QVT e síndrome de *burnout*? e (3) Quais são as variáveis sociodemográficas e ocupacionais, incluindo aquelas relativas à precarização no trabalho, associadas à ocorrência da síndrome?

Método

Participantes

Foram contatados 211 motociclistas entregadores, por meio de contato telefônico, mensagens de aplicativo, SMS e abordagem direta, convidando-os para participar do estudo. Dos contatados, 105 aceitaram o convite, 106 recusaram o

convite. Aplicando-se os critérios de exclusão, não participou da pesquisa um entregador que esteve afastado do trabalho, por período igual ou superior a 15 dias, e retornou ao trabalho há menos de três meses e três que relataram à pesquisadora dificuldades na compreensão dos enunciados referentes aos itens dos instrumentos de medida utilizados nesta pesquisa. Após a exclusão destes entregadores, a amostra final se constituiu de 101 participantes. Essa amostra será descrita a seguir, de acordo com as suas características sociodemográficas e ocupacionais.

Gênero, Idade e Estado Civil

A maioria dos participantes era do gênero masculino (95%) e a média de idade da amostra foi de 30,1 anos ($DP = 8,25$), variando de 18 a 54 anos. Quanto ao estado civil, 64% dos profissionais viviam sem companheiro(a) e 36% com companheiro(a).

Escolaridade e Renda Familiar

Em relação ao grau de escolaridade, 18,8% apresentaram escolaridade no nível fundamental ou menos e 81,2% tinham ensino médio ou superior completo. O valor da renda familiar mensal – somando-se todas as fontes de renda da família – variou entre um e 9,8 salários-mínimos. A maioria dos participantes (66,3%) auferia renda familiar inferior a R\$ 3.960,00 e 31,7% acima deste valor, com dois casos de *missing*¹.

Filhos e Prática de Exercícios Físicos

Entre os respondentes, 42,6% afirmaram ter filhos, sendo que a maioria desses (53,4%) possuía apenas um ou dois filhos, e 81,3% habitavam com eles. Além disso, 52,5% da amostra praticava exercícios físicos, sendo que 35,6% praticavam três vezes por semana ou mais e 74,3% praticavam menos de 150 minutos por semana.

Hábitos de Sono e Uso de Substâncias

Quanto aos hábitos de sono, 72,3% dos motociclistas dormiam menos de 8 horas diárias. Em termos de medicação, 7,9% utilizavam medicamentos para ansiedade, 2% para depressão e 4% para insônia. Além disso, 22,8% faziam uso de tabaco, 15,9% consumiam bebidas alcóolicas semanalmente ou mais, 10,9% deixaram de fazer alguma coisa esperada devido ao consumo de álcool, e 8,9% relataram que a bebida alcóolica acarretou problemas.

Tempo e Formas de Trabalho na Profissão

Em relação ao tempo de trabalho na profissão, 90% dos participantes trabalhavam como entregador há menos de seis anos. Verificou-se que entre os motociclistas, 36,6% faziam entregas para empresas de aplicativo, 60,4% para estabelecimento fixo e 3% para ambas as formas de trabalho. A maioria dos motociclistas (79,2%) fazia entregas de alimentos e 59,4% exerciam outra função além de entregador.

Carga Horária de Trabalho e Sobrecarga

Quanto à carga horária de trabalho, a maioria dos profissionais (61,4%) exercia a função de entregador durante

seis horas ou mais por dia, 93,1% trabalhavam acima de quatro dias na semana nesta função e 49,5% em mais de um período do dia. A maior parte dos respondentes (96%) trabalhava como entregadores aos finais de semana. Da amostra, 27,7% dos profissionais informaram se sentir sobrecarregados, 55,4% com desgaste físico e mental, 29,7% não se sentiam motivados e 69,3% mudariam de profissão se tivessem oportunidade.

Forma de Contratação e Férias

No tocante à forma de contratação, 90,1% dos profissionais não possuíam carteira de trabalho assinada, 89,1% não tinham contrato de trabalho, 51,5% relataram não possuir um chefe, 70,3% disseram ter autonomia em suas decisões de trabalho e 67,3% que mantinham contato diariamente com funcionários da empresa em que trabalhavam. A maioria dos entregadores (60,4%) relatou nunca ter tirado férias e, também, em sua maior parte, recebia renda inferior a R\$ 3.960,00 (91,1%), sendo que 89,1% dos profissionais trabalhavam com veículo próprio, arcando com todas as suas despesas de combustível e manutenção.

Acidente no Trabalho e Equipamentos de Proteção Individual

Identificou-se que 43,6% dos entregadores já sofreram acidente durante o trabalho e, destes, 25,8% informaram que a empresa contratante não prestou qualquer tipo de assistência. Ademais, 88,1% dos profissionais disseram que a empresa não oferecia nenhum tipo de equipamento de segurança, fazendo com que 97% sentissem que seu trabalho lhe trazia riscos.

Instrumentos

Para a realização da coleta de dados, foram utilizados três instrumentos de medida, sendo duas escalas e um questionário. A primeira escala utilizada foi o Inventário da Síndrome *Burnout* (ISB) para avaliar a ocorrência e prevalência da síndrome de *burnout* em motociclistas entregadores; a segunda foi o *Quality of Working Life Questionnaire* (QWLQ-bref) para examinar a QVT exercido por esses profissionais. O questionário foi aplicado com o intuito de levantar dados sociodemográficos e ocupacionais para caracterizar o perfil da amostra e examinar os fatores associados à síndrome de *burnout*. Estes instrumentos são descritos a seguir.

1) Inventário da Síndrome de *Burnout* (ISB): composto por 35 itens divididos em duas partes: Parte I, denominada de Fatores Antecedentes, é composta por 16 itens subdivididos em duas escalas, Condições Organizacionais Positivas (COP) e Condições Organizacionais Negativas (CON), com oito itens cada e valores do alfa de Cronbach de 0,84 e 0,78, respectivamente. A Parte II, denominada de Síndrome de *Burnout*, é composta por 19 itens, subdivididos em Exaustão Emocional (cinco itens, $\alpha = 0,86$), Realização Profissional (cinco itens, $\alpha = 0,92$), Desumanização (quatro itens, $\alpha = 0,74$) e Distanciamento Emocional (cinco itens, $\alpha = 0,80$). Os itens desse instrumento são compostos por afirmações a serem respondidas em uma escala tipo Likert de 5 pontos, sendo que, na primeira parte, as alternativas de respostas variam de 0 (“nunca”) a 4 (“muito frequentemente”), e, na segunda parte, de 0 (“nunca”) a 4 (“todos os dias”) (Benevides-Pereira, 2015).

O instrumento apresentou qualidades psicométricas adequadas, tanto na primeira parte, quanto na segunda, mostrando-se uma opção viável para a avaliação da síndrome

¹ *missing*: dado omissivo ou faltante.

(Benevides-Pereira, 2015). Segundo a referida autora, a dimensão desumanização define a síndrome, pois ela evidencia a diferença em relação ao estresse, dando ênfase ao fator defensivo.

2) *Quality of Working Life Questionnaire* (QWLQ-bref): O QWLQ-bref foi formulado por Cheremeta et al. (2011) e trata-se de um modelo abreviado do instrumento QWLQ-78, de Reis Júnior (2008). O QWLQ-78 foi validado em 2008 e desenvolvido para avaliar a QVT, possuindo um grande número de questões para que fosse abordado o maior número de aspectos possíveis relacionados ao labor, no caso 78 itens. O QWLQ-bref contém 20 questões com respostas de cinco alternativas, distribuídas em escala Likert, variando de 1 (“Nada”, “Muito baixa”, “Nunca” “Muito ruim”, ou “Muito pouco”, dependendo do enunciado da questão) a 5 (“Sempre”, “Muito boa”, “Muito alta”, “Muito bom”, “Completamente” ou “Extremamente”, dependendo do enunciado da questão). O QWLQ-bref é subdividido em quatro domínios/dimensões, a saber: físico/saúde, que avaliam aspectos relacionados a doenças do trabalho e hábitos dos trabalhadores; psicológico, que abordam satisfação pessoal, autoestima e motivação no trabalho; pessoal, abordando aspectos familiares e religiosos dos trabalhadores; e o domínio profissional, que avalia aspectos organizacionais. Com relação à consistência interna, o QWLQ-bref apresentou um coeficiente alfa de Cronbach de 0,90 e superior ao do QWLQ-78 ($\alpha = 0,86$) (Cheremeta et al., 2011).

Para verificar se o instrumento abreviado possui a mesma validade do instrumento original, foi realizado um comparativo entre os resultados obtidos por domínio na aplicação final do QWLQ-78, realizada por Reis Junior (2008), e aqueles do QWLQ-bref, sendo os índices gerados por meio da média aritmética simples das respectivas questões em cada domínio (expressos em escala centesimal). Os resultados de ambos os instrumentos apresentaram grande proximidade, não destoando em mais do que cinco pontos percentuais em nenhum domínio e nem no escore global, sendo, portanto, o QWLQ-bref uma alternativa confiável para a avaliação da QVT, além de apresentar um tempo de aplicação e tabulação encurtado (Cheremeta et al., 2011).

3) Questionário Sociodemográfico e Ocupacional: Com base em outros estudos desenvolvidos no laboratório de pesquisa, do qual esta investigação fez parte, foi elaborado um Questionário Sociodemográfico e Ocupacional para caracterizar tanto a amostra total de trabalhadores de aplicativos de entrega e trabalhadores de estabelecimento fixo, quanto os grupos de profissionais acometidos e não cometidos por *burnout*, extraídos a partir desta amostra, e para investigar os fatores sociodemográficos e ocupacionais associados à ocorrência da síndrome de *burnout*. Foram avaliadas questões laborais como insegurança no trabalho, jornada de trabalho, além de características sociodemográficas, como idade, gênero, estado civil, grau de escolaridade, entre outras.

Procedimento de Coleta de Dados e Cuidados Éticos

Inicialmente, foi realizado contato com as empresas de aplicativos de entrega AiQFome, iFood e UaiRango, solicitando os contatos de seus motociclistas entregadores, para convidá-los a participar desta pesquisa; porém, como não foi obtido sucesso neste tipo de abordagem, foi utilizado o método de pesquisa bola de neve, incluindo neste processo o contato direto com estabelecimentos fixos que realizam serviço de entrega. Segundo Bernard (2005), nessa técnica de amostragem, os participantes iniciais de um estudo, pertencentes à população-

alvo, indicam/convidam novos indivíduos da sua rede de amigos e conhecidos que, por sua vez, indicam outros participantes e assim sucessivamente, até que seja alcançado o objetivo proposto. Por meio desses contatos, as empresas e/ou os motociclistas entregadores foram informados quanto aos objetivos, procedimentos adotados e relevância da pesquisa.

A aplicação dos instrumentos de medida foi conduzida pela pesquisadora, após aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa Envolvendo Seres Humanos (CEPSJ), que, na ocasião da coleta de dados, se identificou e entregou aos participantes o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) para que o lessem e o assinassem, informando estarem cientes dos objetivos e procedimentos empregados e que aceitavam participar voluntariamente do estudo.

Este estudo foi submetido e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa Envolvendo Seres Humanos. Mediante a aprovação do estudo, a coleta de dados ocorreu de acordo com as normas da Resolução nº. 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde (CNS) que regulamenta pesquisas envolvendo seres humanos, com registro CAAE: 68408423.8.0000.5151.

Procedimento de Análise de Dados

As análises estatísticas dos dados foram realizadas por meio do *Software Statistical Program for Social Sciences* (SPSS), versão 20. Os testes estatísticos foram conduzidos utilizando-se o nível de significância de $p \leq 0,05$, exceto para o teste de Kolmogorov-Smirnov. Foi utilizada a estatística descritiva, com cálculo de médias, valores mínimos e máximos, desvios-padrão e porcentagens para a descrição das características sociodemográficas e ocupacionais da amostra de motociclistas entregadores e dos grupos acometido e não acometido por *burnout* e das pontuações do ISB e do QWLQ-bref, tanto em termos dos escores totais, quanto dos fatores ou dimensões avaliadas pelos instrumentos.

Para verificar a prevalência da síndrome de *burnout* entre os motociclistas entregadores, tanto da amostra total, quanto em relação às cidades de São João del-Rei, Barbacena e Barroso, foi utilizado os dois critérios de classificação do ISB. Para o critério 1, são necessárias a presença de elevada EE e despersonalização (DEs e/ou DEem). No critério 2, empregam-se a presença elevada de EE e Des e/ou DEem, concomitantemente com reduzida RP no trabalho. Para comparar os grupos acometido e não acometido por *burnout* em relação à QVT, foi utilizado o teste *t* de *Student* para amostras independentes.

A análise de regressão linear múltipla foi adotada para investigar os fatores preditores do acometimento da síndrome de *burnout* entre os motociclistas entregadores e determinar a importância relativa destes fatores. Para essas análises, foi aplicada técnica de stepwise, considerando-se a probabilidade de entrada igual a 0,10 e, de saída, 0,15 (Draper & Smith, 1998). A VD foi a ocorrência da síndrome de *burnout*, avaliada pelo ISB, e as VIs foram as variáveis sociodemográficas e ocupacionais, incluindo a QVT, identificadas como significativas ($p \leq 0,05$) nas análises univariadas e de correlação ou que poderiam se tornar significativas ($p \leq 0,25$), conforme as recomendações de Hosmer e Lemeshow (2000). As variáveis independentes foram inseridas na regressão com base no método por etapas.

Tabela 1

Frequência e Percentual de Participantes Acometidos e Não Acometidos por Burnout Segundo os Dois Critérios de Classificação

Cidades	Critério 1			Critério 2		
	Não Acometidos	Acometidos	Total	Não Acometidos	Acometidos	Total
Barroso	12 (85,7%)	2 (14,3%)	14	12 (85,7%)	2 (14,3%)	14
São João del-Rei	29 (69%)	13 (31%)	42	35 (83,3%)	7 (16,7%)	42
Barbacena	35 (77,8%)	10 (22,2%)	45	38 (84,4%)	7 (15,6%)	45
Total	76 (75,2%)	25 (24,8%)	101	85 (84,2%)	16 (15,8%)	101

Resultados

Prevalência da Síndrome de *Burnout*

Os dados referentes à prevalência da síndrome de *burnout*, levantados mediante o preenchimento do ISB, são apresentados na Tabela 1. Os resultados são classificados de acordo com os critérios 1 e 2, separados por cidade e para a amostra total, sendo os participantes categorizados como acometidos por *burnout* ou não acometidos por *burnout*.

Na cidade de Barroso, foi entrevistado um total de 14 entregadores, do qual tanto no critério 1, quanto no critério 2, 14,3% foi acometido por *burnout*. Na cidade de São João del-Rei, de um total de 42 profissionais, 31% foi acometido por *burnout*, conforme critério 1, e 16,7% segundo o critério 2. Em Barbacena, dos 45 entregadores participantes, 22,2% foram acometidos por *burnout*, de acordo com o critério 1, e 15,6% segundo o critério 2. Desta forma, as prevalências da síndrome de *burnout* na amostra total foram de 24,8% e 15,8% para os critérios 1 e 2, respectivamente (Tabela 1).

Relações entre Qualidade de Vida no Trabalho e Síndrome de *Burnout*

Os grupos de profissionais acometidos e não acometidos por *burnout* foram comparados em relação à QVT, avaliada pelo QWLQ-bref, tanto em termos dos escores total quanto dos domínios. Os dados desta análise estão dispostos na Tabela 2.

Tabela 2

*Comparação dos Grupos, Acometido e Não Acometidos por Burnout, em Relação à QVT por Meio do Teste *t* de Student para Amostras Independentes*

Qualidade de vida no trabalho	<i>Burnout</i>	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>t</i>	<i>p</i>	Tamanho do efeito (classificação)
ET-QVT	Acometido	3,13	0,63	4,53	0,001*	0,41 Médio
	Não Acometido	3,73	0,56			
Dom_fis	Acometido	3,34	0,64	4,87	0,001*	0,44 Médio
	Não Acometido	3,96	0,51			
Dom_psic	Acometido	3,00	0,82	3,83	0,001*	0,36 Médio
	Não Acometido	3,68	0,76			
Dom_pes	Acometido	3,19	0,73	3,18	0,002*	0,30 Médio
	Não Acometido	3,70	0,68			
Dom_prof	Acometido	2,97	0,69	3,75	0,001*	0,35 Médio
	Não Acometido	3,58	0,69			

Nota. *M* = média; *DP* = desvio-padrão; *t* = teste *t* de Student; *p* = *p* valor; * diferença significativa.

Verificou-se que os grupos acometido e não acometido por *burnout* apresentaram diferenças significativas para todas as variáveis analisadas: ET-QWLQ-bref ($t = 4,53$, $p = 0,001$; $d = 0,41$); Dom-pes ($t = 3,18$, $p = 0,002$; $d = 0,30$); Dom-prof ($t = 3,75$, $p = 0,001$; $d = 0,35$); Dom-psic ($t = 3,83$, $p = 0,001$; $d = 0,36$); e Dom-fis ($t = 4,53$, $p = 0,001$; $d = 0,44$); com todos os escores inferiores para o grupo acometido por *burnout*.

Todos os tamanhos de efeito (d) foram considerados médios, conforme proposto por Field (2021) (Tabela 2).

As correlações entre as Condições Organizacionais Positivas (COP), Condições Organizacionais Negativas (CON), QVT e síndrome de *burnout*, tanto em termos dos escores totais quanto dos fatores, que compõem os construtos avaliados, são apresentadas na Tabela 3. Nela, estão dispostos os coeficientes das correlações e as probabilidades associadas a eles.

Os resultados mostram que a maioria das variáveis se correlacionou significativamente, com coeficientes que variaram de 0,234 (CON x RP) a 0,555 (ET-QVT x ET-ISB2). O escore total do ISB se relacionou significativamente e inversamente com as COP e positivamente com as CON. As correlações entre síndrome de *burnout* e QVT foram todas inversas, sendo o menor coeficiente entre Dom-pes x ET-ISB2 ($r = -0,442$, $p < 0,01$). Destaca-se que o maior coeficiente encontrado foi da correlação entre os escores totais de QWLQ-bref e ISB, indicando que quanto maior o nível de QVT, menores serão as chances de os profissionais serem rastreados como acometidos por *burnout*.

Análise das Variáveis Sociodemográficas e Ocupacionais Associadas à Síndrome de *Burnout*

As variáveis sociodemográficas e ocupacionais preditoras da síndrome de *burnout* nos motociclistas entregadores foram identificadas por meio da análise de regressão linear múltipla (Tabela 4). Nas análises univariadas, as variáveis

sociodemográficas e ocupacionais relacionadas ao *burnout* – com significância estatística de $p \leq 0,25$, conforme recomendações de Hosmer e Lemeshow (2000) – selecionadas para essa análise foram: “idade”, “estado civil”, “ter filhos em casa”, “praticar atividade física”, “horas de sono”, “usar medicamentos para insônia”, “horas dedicadas à outra função”, “dias por semana como entregador”, “sentir-se reconhecido

Tabela 3

Coeficientes de Correlação de Pearson entre COP, CON, QVT e Síndrome Burnout na Amostra de Participantes (N = 101)

Dimensões	ET-ISB	EE	DEM	DES	RP
COP	-0,478 ($p < 0,01$)	-0,259 ($p = 0,09$)	-0,334 ($p < 0,05$)	-0,315 ($p < 0,05$)	0,477 ($p < 0,01$)
CON	0,491 ($p < 0,01$)	0,370 ($p < 0,01$)	0,450 ($p < 0,01$)	0,394 ($p < 0,01$)	-0,234 ($p < 0,05$)
ET-QWLQ	-0,555 ($p < 0,01$)	-0,457 ($p < 0,01$)	-0,266 ($p = 0,07$)	-0,380 ($p < 0,01$)	0,499 ($p < 0,01$)
Dom-Fis	-0,547 ($p < 0,01$)	-0,530 ($p < 0,01$)	-0,322 ($p < 0,05$)	-0,400 ($p < 0,01$)	0,340 ($p < 0,01$)
Dom-Psic	-0,449 ($p < 0,01$)	-0,390 ($p < 0,01$)	-0,175 ($p = 0,079$)	-0,313 ($p < 0,05$)	0,414 ($p < 0,01$)
Dom-Pes	-0,442 ($p < 0,01$)	-0,344 ($p < 0,01$)	-0,173 ($p = 0,083$)	-0,252 ($p < 0,05$)	0,493 ($p < 0,01$)
Dom-Prof	-0,510 ($p < 0,01$)	-0,353 ($p < 0,01$)	-0,276 ($p < 0,01$)	-0,373 ($p < 0,01$)	0,477 ($p < 0,01$)

Nota. COP = Condições Organizacionais Positivas; CON = Condições Organizacionais Negativas; ET-QWLQ = Escore total do *Quality of Working Life Questionnaire*; Dom-Fis = Domínio físico; Dom-Psic = Domínio psicológico; Dom-Pes = Domínio pessoal; Dom-Prof = Domínio profissional; ET-ISB = Escore total da síndrome de burnout; EE = Exaustão Emocional; DEM = Distanciamento Emocional; DES = Desumanização e RP = Realização Profissional.

Tabela 4

Análise de Regressão Linear Múltipla das Variáveis Sociodemográficas e Ocupacionais associadas à síndrome de burnout (N = 101)

Variáveis	Beta	Erro Padrão	Beta padronizado	t	p	Estatísticas
Constante	62,767	9,077	-	6,915	< 0,001	$R^2 = 0,493$
CON	0,801	0,228	0,292	3,514	0,001	$F = 18,477$
Ter filhos em casa	-5,312	2,382	-0,167	-2,230	0,028	$p < 0,001$
Domínio físico	-9,022	2,100	-0,363	-4,296	< 0,001	$DW = 1,897$
Tirar férias	-6,098	2,321	-0,197	-2,627	0,010	
Motivação	-6,005	2,496	-0,181	-2,406	0,018	

Nota. t = t de Student; p = probabilidade associada; R^2 = coeficiente de determinação; F = F de Fisher; DW = índice de Durbin-Watson.

no trabalho”, “tirar férias”, “temperamento dos clientes”, “sentir-se sobrecarregado no trabalho”, “desgaste físico e mental”, “ser trabalho de risco”, “sentir-se motivado”, “se tivesse oportunidade mudaria de emprego”. Além disso, foram selecionadas as variáveis COP, CON e QVT, com significância estatística ($p \leq 0,25$), nos testes das correlações com o *burnout*, tanto em termos do escore total, quanto dos domínios.

Ao utilizar o método *stepwise*, com probabilidade de entrada igual a 0,10 e de saída igual a 0,15, as variáveis significativas associadas à síndrome de *burnout*, apresentadas na Tabela 4, foram: CON, “ter filhos em casa”, domínio físico do QWLQ-bref, “tirar férias” e “sentir-se motivado” (abreviado por “Motivação”). Os resultados detalhados da análise de regressão linear múltipla são apresentados na Tabela 4.

Os resultados mostram os fatores associados a níveis mais elevados de síndrome de *burnout*, em ordem decrescente de importância, com base nos valores absolutos do beta padronizado. Os achados indicaram que escores mais altos de *burnout* estavam relacionados a pontuações mais baixas no domínio físico do QWLQ-bref, CON elevadas, à ausência de férias, falta de motivação e, por fim, não ter filhos morando em casa (Tabela 4). Analisando os 66 profissionais que não tinham filhos em casa, observou-se que 65% deles tinham entre 18 e 27 anos, 81,8% viviam sem companheiro(a), 12,1% possuíam entre 1 e 5 filhos que não residiam com eles, 66,7% nunca tiraram férias, 47% sofreram acidente de trabalho e 95,5% trabalhavam durante os finais de semana e feriados.

Discussão

Com relação à prevalência da síndrome de *burnout*, utilizando do critério 1, observou-se que 24,8% dos motociclistas entregadores apresentaram indicadores da síndrome. Com a aplicação do critério 2, constatou-se que 16,8% dos profissionais tinham indicadores de *burnout*, representando aqueles profissionais mais gravemente afetados pela síndrome,

uma vez que tal critério inclui a baixa realização profissional (Tabela 1). Schmitz e Soares (2020) sugeriram que estariam mais propensas a desenvolver a síndrome de *burnout*, pessoas que trabalham muito e procuram responder às necessidades de outras pessoas, dedicando-se de maneira excessiva ao exercício laboral e com pouca compensação. Neumann e Carlotto (2020) afirmaram que os estressores ocupacionais, se constantes, podem acarretar a síndrome de *burnout*.

Outro resultado relevante foi obtido na comparação dos grupos acometido e não acometido por *burnout* em relação à QVT, tanto em termos dos escores globais quanto nos domínios do QWLQ-bref (Tabela 2). Esta comparação evidenciou que os dois grupos diferiram significativamente em todos os níveis da análise realizada, com o grupo acometido exibindo sempre as menores pontuações em relação ao grupo não acometido. A partir desse resultado, comprovou-se a hipótese principal deste estudo, que o primeiro grupo apresentaria menores níveis de QVT comparativamente ao segundo grupo. Em linha com a literatura (Lang et al., 2023; Mbare, 2023), supostamente devido à falta de regulamentação da profissão, excesso de horas de trabalho, insegurança financeira e desgaste físico e mental, os trabalhadores, submetidos a essas condições, são mais suscetíveis ao desenvolvimento da síndrome de *burnout*. Sabino e Abílio (2019) relataram que as empresas de aplicativos de entrega oferecem remuneração muito baixa e baseada no quantitativo de entregas, criando jornadas exaustivas não previstas no texto constitucional.

As correlações entre as variáveis COP, CON, QVT e síndrome de *burnout* serão relatadas e discutidas a seguir (Tabela 3). O ET-ISB se correlacionou positiva e significativamente com as CON, indicando que quanto piores forem as condições organizacionais, maiores serão os níveis de *burnout* entre os profissionais. Houve correlação negativa e significativa entre o ET-ISB e COP, apontando que quanto melhores forem as condições organizacionais, menor será o risco de o profissional desenvolver a síndrome de *burnout*.

Verificaram-se, ainda, correlações negativas e significativas entre ET-ISB e ET-QWLQ-bref, Dom-fis, Dom-psic, Dom-pes e Dom-prof, evidenciando que quanto maiores os níveis de QVT geral, Dom-fis (ausência de doenças do trabalho e hábitos de vida negativos), Dom-psic (satisfação pessoal, autoestima e motivação no trabalho), Dom-pes (aspectos familiares e religiosos positivos) e Dom-prof (aspectos organizacionais positivos), menores serão as chances dos profissionais serem acometidos pelo *burnout* (Tabela 3). Pérez (2013) relatou que a QVT está ligada a fatores que remetem ao bem-estar dos trabalhadores, objetivando uma efetividade profissional e condições de trabalho mais seguras e saudáveis, refletindo, conseqüentemente, de forma positiva no comportamento dos funcionários e na execução de suas tarefas.

A EE apresentou uma correlação positiva e estatisticamente significativa com CON. Coerentemente com os resultados de Roa e Dulcic (2018), nesta pesquisa, observou-se que as variáveis ET-QVT, Dom-fis, Dom-psic, Dom-pes e Dom-prof correlacionaram-se negativa e significativamente com EE. Em outras palavras, níveis superiores de QVT e seus respectivos domínios foram associados a uma redução nos níveis de EE entre os motociclistas entregadores.

O DEm também se correlacionou positiva e significativamente com CON; porém, mostrou correlações negativas com as variáveis COP, ET-QWLQ-bref, Dom-fis, e Dom-prof. Esses dados assinalam que quanto mais positivas forem as condições organizacionais e maiores os níveis de QVT geral e de seus domínios físico e profissional, menores serão os níveis de DEm dos motociclistas entregadores.

A DEs correlacionou-se positiva e significativamente com CON, apontando que quanto piores forem as condições organizacionais, maiores serão os níveis de DEs dos profissionais. Correlacionou-se, também, negativamente com ET-QVT, Dom-fis, Dom-psic, Dom-pes e Dom-prof, indicando que quanto maiores os níveis de QVT geral e de seus domínios, menores serão os níveis de Desumanização.

O fator RP correlacionou-se significativamente de maneira inversa com CON, sugerindo que quanto piores forem as condições organizacionais, menores os níveis de RP dos motociclistas entregadores. As variáveis COP, ET-QVT, Dom-fis, Dom-psic, Dom-pes e Dom-prof correlacionaram-se positiva e significativamente com a RP, indicando que quanto melhores forem as condições organizacionais e maiores os níveis de QVT e de seus domínios, maiores serão os níveis de RP dos motociclistas entregadores.

Foram identificadas, neste estudo, cinco variáveis preditoras dos níveis da síndrome de *burnout*, que em ordem de importância para o modelo de regressão, foram: domínio físico do QWLQ-bref, CON, tirar férias, motivação e ter filhos em casa. Portanto, a ocorrência da síndrome de *burnout* nos motociclistas entregadores esteve associada a piores condições de saúde do profissional, CON elevadas, ausência de férias, falta de motivação e não ter filhos morando em casa. A partir do resultado desta análise, comprovou-se que, variáveis sociodemográficas e ocupacionais específicas estão associadas à ocorrência da síndrome de *burnout* nos motociclistas entregadores. Especificamente, a precariedade das condições e relações de trabalho compõe os fatores ocupacionais preditores mais relevantes.

Constatou-se que a variável “forma de trabalho” não se associou à síndrome de *burnout*. Mesmo considerando que a maioria dos participantes não exercia a função de entregador por meio de aplicativo (60,4% faz entregas para estabelecimento fixo), é importante notar que eles também enfrentam a ausência

de regulamentação trabalhista, acentuando a precariedade nas condições laborais. Portanto, a distinção entre ser um trabalhador de aplicativo ou atuar em um estabelecimento fixo de entrega não demonstrou diferença significativa no resultado quanto ao desenvolvimento da síndrome.

Este estudo apresentou algumas limitações relativas ao próprio delineamento de Comparação com Grupo Estático, que procura explicar e interpretar relações entre variáveis, por meio da análise das diferenças entre grupos naturais em relação às variáveis estudadas (Selltiz et al., 1987). Dessa forma, o viés seleção pode afetar a interpretação dos resultados desta pesquisa, visto que não foi realizada a análise de equivalência dos grupos naturais, ou seja, dos grupos acometido e não acometido por *burnout*. Esse viés é ocasionado por outras diferenças entre os grupos, além de estar ou não acometido por *burnout*, que também podem afetar a variável desfecho. Outra limitação diz respeito ao fato do estudo ter sido realizado em três cidades de pequeno porte, visto que, em capitais os estressores podem ser maiores, devido à extensão territorial.

Além disso, o fato do estudo ser classificado como uma pesquisa de corte transversal não permite acompanhar os motociclistas entregadores, que fizeram parte da amostra desta pesquisa, podendo ocorrer várias mudanças ao longo do tempo, como exemplo, as condições de trabalho ser melhoradas ou a mudança para outro emprego. Outra limitação é o fato de a pesquisa ser do tipo correlacional, não permitindo que se estabeleçam relações causais entre as variáveis, mas apenas que sejam identificados os fatores sociodemográficos e ocupacionais associados à síndrome de *burnout* nesses profissionais.

Conclusão

Nesse estudo, permitiu-se verificar a relação entre síndrome de *burnout* e fatores sociodemográficos e ocupacionais, em especial a QVT, em motociclistas entregadores. Considerando os estressores relativos às dificuldades no exercício do trabalho (risco de acidentes, salário baixo, longas jornadas de trabalho, entre outros), foi encontrada alta prevalência da síndrome de *burnout* em aproximadamente um quarto da amostra de motociclistas entregadores.

Na análise de regressão linear múltipla, os resultados mostraram que as variáveis Dom-fis do QWLQ-bref (piores condições de saúde do trabalhador), CON, tirar férias (no sentido de “não usufruí-las”), motivação (“falta”) e ter filhos em casa (“não tê-los morando no domicílio”) compuseram os fatores sociodemográficos e ocupacionais preditores da síndrome de *burnout* nos entregadores de aplicativos. Como resultado, este estudo possibilita uma reflexão sobre o processo de adoecimento dos motociclistas entregadores, tanto os que trabalham por meio de aplicativo, quanto os que trabalham em estabelecimento fixo.

A análise dos estudos identificados no levantamento bibliográfico indicou a ausência de instrumentos considerados “padrão ouro” para a avaliação da síndrome de *burnout* e de QVT, dificultando a comparação dos resultados deste estudo com os de outras pesquisas. Esta pesquisa foi pioneira na investigação dessa população-alvo e contribuiu para o avanço do conhecimento já existente na área. Torna-se necessário, portanto, um melhor preparo das empresas do setor de serviço para estratégias de prevenção, identificação e tratamento da síndrome de *burnout*, além de suporte aos trabalhadores já acometidos pela síndrome.

Referências

- Abílio, L. C., (2019). Uberização: do empreendedorismo para o autogerenciamento subordinado. *Revista Psicoperspectivas: Individuo y Sociedad*, 18(3), 1–11. <http://doi.org/10.5027/psicoperspectivas-vol18-issue3-fulltext-1674>
- Abílio, L. C., Almeida, P. F., Amorim, H., Cardoso, A. C. M., Fonseca, V. P., Kalil, R. B., & Machado, S. (2020). Condições de trabalho de entregadores via plataforma digital durante a Covid-19. *Revista Jurídica: Trabalho e Desenvolvimento Humano*, 6(3), 1–21. <https://doi.org/10.33239/rjtdh.v.74>
- Apouey, B., Roulet, A., Solal, I., & Stabile, M., (2020). Gig workers during the COVID-19 crisis in France: Financial precarity and mental well-being. *Journal Urban Health*, 97(6), 776–795. <https://doi.org/10.1007/s11524-020-00480-4>
- Benevides-Pereira, A. M. T. (2015). Elaboração e validação do ISB: Inventário para avaliação da síndrome de Burnout. *Boletim de Psicologia*, 65(142), 59–71. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0006-59432015000100006&lng=pt&tlng=pt
- Bernard, H. R. (2005). *Research methods in anthropology: Qualitative and quantitative approaches* (4ª ed.). AltaMira Press.
- Cândido, J., & Souza, L. R., (2017). Síndrome de burnout: As novas formas de trabalho que adoecem. *Psicologia.pt*, 28, 1–12.
- Centro de Ensino e Pesquisa em Inovação. (2021). *Gig economy e trabalho em plataformas no Brasil: Do conceito às plataformas*. FGV Direito SP. <https://repositorio.fgv.br/server/api/core/bitstreams/6c5cfffbe-ee91-4321-ac97-f2460d93e403/content>
- Cheremeta, M., Pedroso, B., Pilatti, L. A., & Kovalski, J., L. (2011). Construção da versão abreviada do QWLQ-78: Um instrumento de avaliação da qualidade de vida no trabalho. *Revista Brasileira de Qualidade de Vida*, 3(1), 1–15. <https://doi.org/10.3895/S2175-08582011000100001>
- Conselho Nacional de Saúde. (2016). *Resolução nº 510, de 07 de abril de 2016*. <https://www.gov.br/conselho-nacional-de-saude/pt-br/ acesso-a-informacao/legislacao/resolucoes/2016/resolucao-no-510.pdf/view>
- Delgado, G. N. (2012). *Direito fundamental ao trabalho Digno*. LTR.
- Delgado, M. G. (2017). *Curso de direito do trabalho* (16ª ed.). LTR.
- Draper, N. R., & Smith, H. (1998). *Applied regression analysis*. John Wiley & Sons.
- Dutra, R. Q., & Sepúlveda, G., (2020). O trabalho nos aplicativos de entrega de mercadorias: A desconstrução do sujeito de direitos trabalhistas. *Revista Estudos Institucionais*, 6(3), 1230–1252. <https://doi.org/10.21783/rei.v6i3.494>
- Field, A. (2021). *Descobindo a estatística usando o SPSS* (L. Viali, Trad., 5ª ed.). Penso.
- Fleming, P. (2017). The human capital hoax: Work, debt and insecurity in the era of uberization. *Organization Studies*, 38(5), 691–709. <https://doi.org/10.1177/0170840616686129>
- Freni-Sterrantino, A., & Salerno, V. (2021). A plea for the need to investigate the health effects of gig-economy. *Frontiers Public Health*, 9, 638767. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2021.638767>
- Grangeiro, M. V. T., Alencar, D. T., & Barreto, J. O. P. (2008). A síndrome de burnout: Uma revisão da literatura. *Saúde Coletiva: Coletânea*, 2, 1441–1482. <https://coletanea2008.no.comunidades.net/sindrome-de-burnout>
- Hosmer, D.W. & Lemeshow, S. (2000). *Applied logistic regression*. John Wiley and Sons.
- Lang, J. J., Yang, L. F., Cheng, C., Cheng, X. Y., Chen, F. Y., (2023). Are algorithmically controlled gig workers deeply burned out? An empirical study on employee work engagement. *BMC Psychology*, 11(1), 354. <https://doi.org/10.1186/s40359-023-01402-0>
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Occupational Behaviour*, 2(2), 99–113. <https://doi.org/10.1002/job.4030020205>
- Mbare, B. (2023) Psychosocial work environment and mental wellbeing of food delivery platform workers in Helsinki, Finland: A qualitative study. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being*, 18(1), 2173336. <https://doi.org/10.1080/17482631.2023.2173336>
- Neumann, G. C., & Carlotto, M. S. (2020). Fatores associados à síndrome de burnout em motoristas de transporte coletivo de passageiros. *Revista Psicologia: Organizações e Trabalho*, 20(3), 1089–1096. <https://doi.org/10.17652/rpot/2020.3.19173>
- Oliveira, L. P. F., & Tourinho, L. O. S. (2020). Síndrome de burnout, teletrabalho e revolução tecnológica: Um estudo do adoecimento profissional em tempos de Covid-19. *Revista Jurídica Trabalho e Desenvolvimento Humano*, 3, 1–37. <https://doi.org/10.33239/rjtdh.v3.83>
- Pérez, J. P. (2013). Efecto del burnout y la sobrecarga en la calidad de vida en el trabajo. *Estudios Gerenciales*, 29(129), 445–455. <https://doi.org/10.1016/j.estger.2013.11.010>
- Praxedes, R. N. A. (2020). *Psicopoder e autoexploração: As faces do trabalho em plataformas de tecnologia* (Dissertação de mestrado). Centro Universitário Christus. <https://repositorio.unichristus.edu.br/jspui/handle/123456789/1027>
- Quadros, A. H., & Minagawa, J. S., (2021). Associação entre síndrome de burnout, qualidade de vida e percepção de saúde do trabalhador. *Revista Científica da UMC*, 6(1). <https://seer.umc.br/index.php/revistaumc/article/view/709/1131>
- Reis Júnior, D. R. (2008). Qualidade de vida no trabalho: Construção e validação do questionário QWLQ-78. *Revista Brasileira de Qualidade de Vida*, 3(2), 1–12. <https://periodicos.utfp.edu.br/rbqv/article/view/1065>
- Ribeiro, B. M. S. S., Martins J. T., & Dalri R. C. M. B. (2020). Burnout syndrome in primary and secondary school teachers in southern Brazil. *Revista Brasileira de Medicina Trabalho*, 18(3), 337–342. <https://doi.org/10.47626/1679-4435-2020-519>
- Roa, J. A. S., & Dulcic F. J. L. (2018). Síndrome de burnout y calidad de vida profesional percibida según estilos de personalidad en profesores de educación primaria. *CES Psicología*. 11(1), 69–89. <http://doi.org/10.21615/cesp.11.1.6>
- Sabino, A. M., & Abílio, L. C. (2019). Uberização: O empreendedorismo como novo nome para a exploração. *Revista Jurídica Trabalho e Desenvolvimento Humano*, 2(2). <https://doi.org/10.33239/rtidh.v2i2.53>
- Schmitz, G. A., & Soares, M. R. Z. (2020). Síndrome de Burnout: Uma proposta de análise sob a perspectiva analítico-comportamental. *Comportamento em foco*, 10, 19–32.
- Selltiz, C., Wrightsman, L. S., & Cook, S. W. (1987). *Métodos de pesquisa nas relações sociais: Delineamentos de pesquisa* (2ª ed., Vol. 1). E.P.U.
- Sessions, H., Nahrgang, J. D., Baer, M. D., & Welsh, D. T. (2021). From zero to hero and back to zero: The consequences of status inconsistency between the work roles of multiple jobholders. *Journal of Applied Psychology*, 107(8), 1369–1384. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/apl0000935>
- Trigo, R. T., Teng, C. T., & Hallak, J. E. C. (2007). Síndrome de burnout ou estafa profissional e os transtornos psiquiátricos. *Revista de Psiquiatria Clínica*, 34(5), 223–233. <https://doi.org/10.1590/S0101-60832007000500004>
- Tsuboi, R. M. N., & Rosim, D. (2022). A qualidade de vida no trabalho e a saúde ocupacional dos docentes da Universidade Federal de Goiás. *Revista de Gestão e Avaliação Educacional*, 11(20), e69171, 1–15. <https://doi.org/10.5902/2318133869171>
- Vignola, E. F., Baron, S., Plasencia, E. A., Hussein, M., Cohen, N. (2023). Workers' health under algorithmic management: Emerging findings and urgent research questions. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(12), 1239. <https://doi.org/10.3390/ijerph20021239>
- Viotti, S., Job, G., & Converso, D. (2017). La polizia penitenziaria tra compiti di sorveglianza e riabilitazione. Uno studio sui predittori del burnout. *Giornale Italiano di Medicina del Lavoro ed Ergonomia*, 39(4), 240–248. <https://www.researchgate.net/publication/323613013>

Informações sobre os autores:

Nayara Cristina Gadelha Braga

Praça Dom Helvécio, 74, Dom Bosco
36301-160 São João del-Rei, MG, Brasil

Contribuições da autora: conceituação, curadoria de dados, análise formal, investigação, metodologia, escrita – rascunho original.

E-mail: ngadelhasilva@gmail.com

Antonio Paulo Angélico

Contribuições do autor: conceituação, curadoria de dados, análise formal, metodologia, administração de projetos, recursos, validação, visualização, validação, escrita – rascunho original, escrita – revisão e edição.

E-mail: angelico@ufsj.edu.br

Daniela Carine Ramires Oliveira

Contribuições da autora: curadoria de dados, análise formal, recursos.

E-mail: daniela@ufsj.edu.br

Conflitos de interesse:

Os autores declaram a inexistência de conflitos de interesse na realização e na comunicação dessa pesquisa.

Agradecimentos e financiamento:

O presente trabalho foi realizado com apoio da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior - Brasil (CAPES) - Código de Financiamento 001, Projeto número 1396/2024.