

Artigos Originais

Síndrome de burnout, atividade física e fatores ocupacionais que afetam os servidores públicos de uma universidade federal do sul do Brasil¹

Burnout syndrome, physical activity and occupational factors that affect public servants at a federal university in southern Brazil

Síndrome de burnout, actividad física y factores ocupacionales que afectan a los servidores públicos de una universidad federal del sur de Brasil



Marcelo Frio Marins

Universidade Federal de Pelotas, Pelotas, Rio Grande do Sul, Brasil
marcelofriomarins@hotmail.com



Jeferson Santos Jerônimo

Universidade Federal de Pelotas, Pelotas, Rio Grande do Sul, Brasil
jefersonjeronimo50@gmail.com



Samuel Völz Lopes

Universidade Federal de Pelotas, Pelotas, Rio Grande do Sul, Brasil
samuelvolzlopes@gmail.com



Fernando Carlos Vinholes Siqueira

Universidade Federal de Pelotas, Pelotas, Rio Grande do Sul, Brasil
fcvsiqueira@uol.com.br



Marcelo Cozzensa da Silva

Universidade Federal de Pelotas, Pelotas, Rio Grande do Sul, Brasil
cozzensa@terra.com.br

¹ O presente trabalho não contou com apoio financeiro de nenhuma natureza para sua realização.

Resumo: O estudo buscou identificar a prevalência de Síndrome de Burnout (SB), bem como verificar se existe uma associação da SB com fatores ocupacionais e a prática de atividade física (AF) em servidores técnico-administrativos (STA) de uma universidade federal do sul do Brasil. A amostra foi composta por 203 STA. Foram coletados dados sociodemográficos, ocupacionais, nutricional, SB e prática de AF. A prevalência de SB entre os STA foi de 50%, sendo que a mesma esteve associada inversamente com a faixa etária ($p=0,02$) e com as atividades administrativas ou de escritório ($p=0,008$), ambas com proteção superior a 30%. Conclui-se que a prevalência de SB é elevada entre os STA e que políticas voltadas a redução dos fatores que levam a SB entre STA devem ser criadas e implementadas pela instituição, auxiliando na redução do adoecimento.

Palavras-chave: esgotamento profissional; exercício físico; saúde ocupacional.

Abstract: The study sought to identify the prevalence of Burnout Syndrome (BS), as well as to verify if there is an association of BS with occupational factors and the practice of physical activity (PA) in technical-administrative servers (TAS) of a federal university in south of Brazil. The sample was composed by 203 STA. Sociodemographic, occupational, nutritional, SB and PA practice data were collected. The prevalence of BS among the TAS was 50%, being that it was inversely associated with age group ($p=0.02$) and with administrative or desk activities ($p=0.008$), both with protection greater than 30%. It was concluded that the prevalence of BS is high among the TAS and policies aimed at reducing two factors that lead to BS among TAS should be created and implemented by the institution helping in the reduction of the treatment.

Keywords: professional burnout; exercise; occupational health.

Resumen: El estudio buscó identificar la prevalencia del Síndrome de Burnout (SB), así como verificar si existe asociación del SB con

factores ocupacionales y la práctica de actividad física (AF) en servidores técnico-administrativos (STA) de una universidad federal en el sur de Brasil. La muestra fue compuesta por 203 STA. Fueron colectados datos sociodemográficos, ocupacionales, nutricional, SB y práctica de AF. La prevalencia de SB entre os STA foi de 50%, siendo que la misma estuvo asociada inversamente com el grupo de edad ($p=0,02$) y com las actividades administrativas o- de oficina ($p=0,008$), ambas con protección superior a 30 % Se concluyo que la prevalencia de SB es elevada entre los STA y políticas específicas de disminución de los factores que llevam a SB entre STA deven ser creadas y aplicadas por la institución auxiliando en la disminución de dolencias.

Palabras clave: agotamiento profesional; ejercicio físico; salud ocupacional.

Submetido em: 11 de julho de 2023

Aceito em: 12 de agosto de 2023

1 Introdução

Dados do Ministério da Previdência Social demonstraram que os transtornos mentais e comportamentais, no ano de 2022, foram a quarta causa de incapacidade para o trabalho dentre os auxílios a acidentários concedidos por incapacidade temporária segundo os códigos da 10ª Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados à Saúde (CID-10) (Brasil, 2023). Dentre esses transtornos, a Síndrome de Burnout (SB) tem emergido como um das mais frequentes que levam ao absenteísmo e presenteísmo em trabalhadores (Ramos de Paula; Camargo; Junior, 2018).

A SB é definida como uma síndrome psicológica que emerge como resposta esperada a estressores interpessoais crônicos no trabalho e está alicerçada em três dimensões: esgotamento físico/emocional, cinismo e distanciamento do trabalho, e uma sensação de ineficácia e falta de realização (Maslach; Leiter, 2016).

Estudos têm identificado que carga horária de trabalho elevada (Celik *et al.*, 2021), menor tempo de carreira (NASCIMENTO *et al.*, 2020) e a atividade física ocupacional (Wolff *et al.*, 2021; Oerlemans; Bakker, 2014) são alguns dos preditores para o esgotamento dos trabalhadores. Por outro lado, a prática da atividade física (AF), tanto nos domínios de lazer quanto no deslocamento, tem se mostrado uma aliada na prevenção (Isoard-Gautheur, 2019) e no tratamento (Gerber *et al.*, 2020) da SB.

Atividades laborais exercidas no setor público, o qual, em sua maioria, é desprovido de ferramentas gerenciais adequadas, com centralização da tomada de decisões sem margem para autonomia, paternalista e com considerável influência política na gestão de pessoas, aliados à precariedade das condições de trabalho, podem colocar os servidores em risco para a SB (Palazzo; Carlotto; Aerts, 2012). Dentre os trabalhadores do serviço público que podem ser afetados por essa condição encontram-se servidores técnico-administrativos (STA) de universidades federais.

Alguns estudos demonstraram que a SB está presente no ambiente laboral dos STA de universidades públicas (Castelo Branco *et al.*, 2021; Dapper *et al.*, 2020) e que fatores ocupacionais (Nascimento *et al.*, 2020; Dapper *et al.*, 2020) e comportamentais (Nascimento *et al.*, 2020) podem estar relacionados à SB. Sendo assim, tem-se como objetivo investigar qual a prevalência de SB, e se os fatores ocupacionais e de prática de AF estão associados à SB entre os STA em educação de uma universidade federal do sul do Brasil.

Pesquisas relacionadas à SB têm sido focadas, predominantemente, nos profissionais que trabalham em ambientes hospitalares, como médicos e enfermeiros (Aydin; Kamuk, 2021; Vinnikov *at al.*, 2021). Entretanto, em servidores de universidades, especialmente entre aqueles que exercem funções técnico-administrativas, verifica-se uma quantidade limitada de pesquisas (Castelo Branco *et al.*, 2021; Dapper *et al.*, 2020). Além disso, não foram encontrados, na literatura, investigações demonstrando a relação da prática de AF com a SB nesses profissionais. Portanto, o presente estudo busca investigar qual a prevalência de SB, e se os fatores ocupacionais e de prática de AF estão associados à SB entre os STA em educação de uma universidade federal do sul do Brasil.

2 Métodos

Este estudo caracteriza-se como analítico, observacional e transversal, realizado entre STA da Universidade Federal de Pelotas (UFPel) no ano de 2022.

A população contou com 1252 STA, de acordo com listagem obtida em plataforma institucional no dia 02/09/2021.

A coleta de dados foi realizada entre março e junho de 2022 e a base de dados utilizada para gerenciamento e coleta dos dados foi o REDCap (Research Electronic Data Capture).

O processo de amostragem realizou-se por censo. Uma primeira abordagem foi realizada por e-mail institucional, posterior-

mente, com o intuito de atingir o maior número de STA, também foram realizados contatos presenciais e por telefone. Foi apresentado aos indivíduos os objetivos do estudo, as possíveis contribuições, bem como os riscos e benefícios de participar da pesquisa. No endereço online, os participantes tiveram que concordar com o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, para acessar o questionário. Os participantes tiveram a possibilidade de abandonar o preenchimento do questionário a qualquer momento.

O instrumento para coleta de dados foi um questionário autoaplicável, online, composto pelas variáveis: 1) sociodemográficas: sexo, idade, cor da pele, situação conjugal, escolaridade; 2) econômica: renda familiar; 3) antropométricas: peso, altura; 4) nutricional: índice de massa corporal (IMC); 5) comportamental: nível de AF; 6) ocupacionais: tempo de serviço, jornada de trabalho, cargo de chefia⁹, modalidade de trabalho, tipo de atividade, licença do trabalho por doença, unidade de lotação; 7) psicológica: SB.

Para o cálculo do IMC, utilizou-se os dados de peso e altura autorreferidos, sendo os pontos de corte categorizados utilizados: baixo peso (< 18,5 kg/m²), eutrófico (18,5 kg/m² a 24,9 kg/m²), sobrepeso (25 kg/m² a 29,9 kg/m²) e obesidade (≥ 30 kg/m²) (Who, 2000).

O questionário sobre AF utilizado foi o International Physical Activity Questionnaire (IPAQ) na versão longa, validado no Brasil por Matsudo *et al.* (2012). O IPAQ longo é utilizado para definir os níveis de AF em pessoas nos seus diversos aspectos. Neste estudo foram aplicadas as questões referentes à AF nos domínios do lazer e deslocamento.

O nível de AF foi medido separadamente para cada uma das duas categorias de AF do IPAQ (lazer e deslocamento) e para a AF total (soma dos tempos das categorias lazer e deslocamento). Os indivíduos que atingiram pontuação igual ou superior a 150 minutos no domínio de lazer ou no domínio do deslocamento ou no somatório total das categorias do IPAQ, foram considerados como ativos fisicamente, já os que não atingiram foram classificados como insuficientemente ativos.

Para a análise psicológica foi utilizado o questionário traduzido e validado para o português por Ferreira (2011) do Maslach Burnout Inventory (MBI) na versão General Survey (GS). O questionário MBI-GS, desenvolvido em 1996 por Maslach, Jackson e Leiter, é utilizado para determinar SB mundialmente e composto pelas dimensões: Exaustão Emocional (EE), Cinismo (CI) e Eficácia do Trabalho (ET). Foram considerados com a SB os indivíduos que na escala do questionário MBI-GS obtiveram a média dos escores moderados a altos (igual ou superior a 1,34), conforme pontuação de Mclaurine apud Schuster *et al.* (2014) e conforme conceito de Castelo Branco e colaboradores (2021), os quais determinam a fase inicial da SB a partir de escores moderados. Para fins de análise, a dimensão ET do questionário MBI-GS teve seu escore invertido.

O banco de dados das variáveis foi extraído da plataforma REDCap e convertido para a extensão do Stata 14.0, o qual foi utilizado para análise das variáveis. As análises descritivas foram apresentadas através de médias, desvio-padrão, proporções e intervalo de confiança 95%. Na análise bivariada foram aplicados os testes de qui-quadrado para heterogeneidade e tendência linear. Para a análise multivariável utilizou-se a Regressão de Poisson. As variáveis que apresentaram valor $p \leq 0,2$ e preencheram os critérios para prováveis fatores de confusão permaneceram no modelo. Na análise de regressão foi utilizado o processo de seleção para trás e mantidas todas variáveis que apresentaram valor $p < 0,05$.

A condução da análise multivariável foi baseada em um modelo hierarquizado de acontecimentos que levavam ao desfecho em estudo (SB), no qual as variáveis independentes foram alocadas em três níveis. Sendo o primeiro nível composto pelas variáveis sexo, idade e cor da pele; o segundo nível pelas variáveis renda familiar, escolaridade, situação conjugal e nutricional e; o terceiro nível pelas variáveis ocupacionais (tempo de serviço, jornada de trabalho, cargo de chefia, modalidade de trabalho, tipo de atividade, licença do trabalho por doença, unidade de lotação) e comportamentais (prática de AF no lazer, deslocamento e total).

O estudo atendeu aos princípios éticos da Resolução do Conselho Nacional de Saúde (CNS) nº466/2012 e foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Escola Superior de Educação Física da Universidade Federal de Pelotas sob nº 3.785.347.

3 Resultados

Um total de 203 STA participaram do estudo. A média de idade foi de 42,6 anos (DP = 9,3), sendo que 44,8% encontravam-se na faixa etária entre 20 e 39 anos. A maioria era do sexo feminino, vivia com companheiro, relatou cor da pele branca, possuíam renda familiar variando de R\$ 4.848,01 a R\$ 12.120,00, o estado nutricional encontrava-se nas categorias de sobrepeso e obesidade e 4/5 apresentava ensino superior com pós-graduação em nível de especialização ou superior (Tabela 1).

Tabela 1. Variáveis sociodemográficas entre os STA da UFPel em 2022.

| Variáveis | N | % |
|-----------------------------------|-----|-------|
| Sexo (n = 202) | | |
| Masculino | 72 | 35,64 |
| Feminino | 130 | 64,36 |
| Situação conjugal (n = 202) | | |
| Sem companheiro(a) | 60 | 29,60 |
| Com companheiro(a) | 142 | 70,30 |
| Cor da pele (n = 203) | | |
| Branca | 181 | 89,16 |
| Preta/Parda | 22 | 10,84 |
| Escolaridade (n = 203) | | |
| Ensino médio | 6 | 2,97 |
| Ensino superior | 32 | 15,76 |
| Especialização | 65 | 32,02 |
| Mestrado | 63 | 31,03 |
| Doutorado | 37 | 18,22 |
| Renda familiar em reais (n = 201) | | |

Síndrome de burnout, atividade física e fatores ocupacionais...

Marcelo Frio Marins • Jeferson Santos Jerônimo • Samuel Völz Lopes • Fernando Carlos Vinholes Siqueira • Marcelo Cozzensa da Silva

| | | | |
|-----------------|----------------------------|-----|-------|
| | Até 4.848,00 | 18 | 8,95 |
| | Entre 4.848,01 e 12.120,00 | 133 | 66,17 |
| | Acima de 12.120,00 | 50 | 24,88 |
| Idade (n = 203) | | | |
| | 20 – 39 anos | 91 | 44,83 |
| | 40 – 49 anos | 63 | 31,03 |
| | 50 anos ou mais | 49 | 24,14 |
| IMC (n = 203) | | | |
| | Baixo a Eutrófico | 87 | 42,86 |
| | Sobrepeso | 74 | 36,45 |
| | Obesidade | 42 | 20,69 |

IMC = Índice de massa corporal
Fonte: Tabela elaborada pelos autores.

Entre os fatores ocupacionais, a média de anos e horas trabalhadas foram, respectivamente, de 12,1 anos (DP = 9,0) e 38,8 horas semanais (DP = 4,24). A maioria possuía até dez anos de serviço na instituição, atuava em unidades acadêmicas, possuía carga horária semanal de 40 horas ou mais, exercia atividades de escritório, não possuía função gratificada ou cargo de direção e trabalhava na modalidade presencial. Nos últimos 12 meses, 8,9% estiveram de licença do trabalho por motivo de doença (Tabela 2).

Quando verificado o nível de AF, a maioria atingiu, nos domínios de lazer e deslocamento conjuntamente, a recomendação mínima de tempo semanal preconizada pela Organização Mundial da Saúde para prevenção e tratamento de doenças crônicas (150 minutos ou mais de AF semanal). Quando observados independentemente, pouco mais da metade foram considerados fisicamente ativos exclusivamente pela prática de atividades físicas no domínio de lazer, enquanto, via domínio do deslocamento a grande maioria foi insuficientemente ativa (Tabela 2).

Em relação a SB, a prevalência dos escores moderado a alto ficou dividida (Tabela 2). Também foram analisados separadamente os escores de cada dimensão que compõem a SB, sendo que as médias e desvio-padrão de EE, CI e ET foram, respectivamente, de

Síndrome de burnout, atividade física e fatores ocupacionais...

Marcelo Frio Marins • Jeferson Santos Jerônimo • Samuel Völz Lopes • Fernando Carlos Vinholes Siqueira • Marcelo Cozzensa da Silva

12,8 (DP = 9,3), 4,2 (DP = 5,8) e 28,9 (DP = 6,5). Quando estas dimensões foram analisadas de forma categórica, utilizando o conceito e ponto de corte para escores moderados a alto em cada dimensão da SB^{9,14}, foram encontradas prevalências de 44,2% para EE, 28,7% para CI e 75,7% para ET.

Tabela 2. Caracterização da amostra segundo variáveis ocupacionais, nível de AF em diferentes domínios e SB entre os STA da UFPel em 2022.

| Variáveis | N | % |
|---|-----|-------|
| Tempo de serviço (n = 203) | | |
| 0 – 10 anos | 119 | 58,62 |
| 11 ou mais | 84 | 41,38 |
| Unidade de serviço (n = 201) | | |
| Administrativa | 89 | 44,28 |
| Acadêmica | 112 | 55,72 |
| Carga horária semanal (n = 203) | | |
| 0 – 39 horas | 22 | 10,84 |
| > 40 horas | 181 | 89,16 |
| Modalidade de trabalho (n = 203) | | |
| Remoto | 5 | 2,46 |
| Presencial | 130 | 64,04 |
| Híbrido | 68 | 33,50 |
| Cargo de CD ou FG (n = 203) | | |
| Não | 149 | 73,40 |
| Sim | 54 | 26,60 |
| Atividade de escritório ou administrativa (n = 202) | | |
| Não | 40 | 19,80 |
| Sim | 162 | 80,20 |
| Licença do trabalho por doença (n = 203) | | |
| Não | 185 | 91,13 |
| Sim | 18 | 8,87 |
| Atividade física no lazer (n = 203) ¹ | | |
| Insuficientemente ativos | 100 | 49,26 |

Síndrome de burnout, atividade física e fatores ocupacionais...

Marcelo Frio Marins • Jeferson Santos Jerônimo • Samuel Völz Lopes • Fernando Carlos Vinholes Siqueira • Marcelo Cozzensa da Silva

| | | |
|---|-----|-------|
| Ativos | 103 | 50,74 |
| Atividade física no deslocamento (n = 201) ¹ | | |
| Insuficientemente ativos | 161 | 80,10 |
| Ativos | 40 | 19,90 |
| Atividade física total (n = 201) ¹ | | |
| Insuficientemente ativos | 80 | 39,80 |
| Ativos | 121 | 60,20 |
| Síndrome de Burnout (n = 198) ² | | |
| Ausente | 99 | 50,00 |
| Presente | 99 | 50,00 |

¹Ponto de corte 150 minutos; ²Ponto de corte escore médio 1,34; CD ou FG = cargo de direção ou função gratificada
Fonte: Tabela elaborada pelos autores.

Na análise bruta entre desfecho e variáveis sociodemográficas e nutricional, somente a idade mostrou associação com a SB. Indivíduos com 40 anos ou mais apresentaram proteção superior a 30% para SB em relação à categoria de referência (Tabela 3).

Tabela 3. Associação entre as variáveis sociodemográficas e a SB dos STA da UFPel em 2022.

| Variáveis | n | Síndrome de Burnout | | RP bruta (IC 95%) | Valor p. |
|---------------------------|-------------------------|---------------------|------|--------------------|----------|
| | | % | | | |
| Sexo (n = 198) | | | | | |
| | Feminino | 60 | 47,6 | 1,0 | 0,32* |
| | Masculino | 39 | 54,9 | 1,15 (0,87 - 1,53) | |
| Estado conjugal (n = 197) | | | | | |
| | Sem companheiro(a) | 27 | 47,4 | 1,0 | 0,67* |
| | Com companheiro(a) | 71 | 50,7 | 1,07 (0,78 - 1,47) | |
| Cor da pele (n = 198) | | | | | |
| | Branca | 90 | 50,0 | 1,0 | 1,00* |
| | Preta/Parda | 9 | 50,0 | 1,00 (0,62 - 1,63) | |
| Escolaridade (n = 198) | | | | | |
| | Ensino médio a superior | 20 | 52,6 | 1,0 | 1,00** |
| | Especialização | 30 | 49,2 | 0,93 (0,63 - 1,39) | |

Síndrome de burnout, atividade física e fatores ocupacionais...

Marcelo Frio Marins • Jeferson Santos Jerônimo • Samuel Völz Lopes • Fernando Carlos Vinholes Siqueira •
Marcelo Cozzensa da Silva

| | | | | |
|-----------------------------------|----|------|--------------------|--------|
| Mestrado | 29 | 46,8 | 0,89 (0,59 - 1,33) | |
| Doutorado | 20 | 54,1 | 1,03 (0,67 - 1,57) | |
| Renda familiar em reais (n = 197) | | | | 0,72** |
| Até 4.848,00 | 10 | 58,8 | 1,0 | |
| Entre 4.848,01 e 12.120,00 | 62 | 47,0 | 0,80 (0,52 - 1,24) | |
| Acima de 12.120,00 | 27 | 56,2 | 0,96 (0,60 - 1,53) | |
| Idade (n = 198) | | | | 0,01** |
| 20 - 39 anos | 56 | 61,5 | 1,0 | |
| 40 - 49 anos | 24 | 39,3 | 0,64 (0,45 - 0,91) | |
| 50 anos ou mais | 19 | 41,3 | 0,67 (0,46 - 0,98) | |
| IMC (n = 198) | | | | 0,58** |
| Baixo a Eutrófico | 47 | 55,3 | 1,0 | |
| Sobrepeso | 30 | 41,7 | 0,75 (0,54 - 1,05) | |
| Obesidade | 22 | 53,7 | 0,97 (0,69 - 1,37) | |

RP = Razão de Prevalência; *Qui-quadrado de Pearson para heterogeneidade; **Qui-quadrado de Pearson para tendência linear; IMC = Índice de massa corporal
Fonte: Tabela elaborada pelos autores.

Quando considerada a associação entre SB e variáveis ocupacionais e comportamentais, apenas a variável trabalhar em atividades de escritório ou administrativa apresentou associação significativa, sendo que esse tipo de trabalho reduz o risco para SB em 29% (Tabela 4). Na verificação da variável comportamental AF, não foi encontrada associação com a SB, seja a AF avaliada conjuntamente nos domínios do lazer e do deslocamento, ou separadamente (Tabela 4).

Tabela 4. Associação entre as variáveis ocupacionais e de AF nos diferentes domínios com a SB dos STA da UFPel em 2022.

| Variáveis | n | Síndrome de Burnout | | RP bruta (IC 95%) | Valor p. |
|----------------------------|----|---------------------|--------------------|-------------------|----------|
| | | | % | | |
| Tempo de serviço (n = 198) | | | | | 0,47** |
| 0 - 10 anos | 61 | 52,1 | 1,0 | | |
| 11 ou mais | 38 | 46,9 | 0,90 (0,67 - 1,20) | | |

Síndrome de burnout, atividade física e fatores ocupacionais...

Marcelo Frio Marins • Jeferson Santos Jerônimo • Samuel Völz Lopes • Fernando Carlos Vinholes Siqueira •

Marcelo Cozzensa da Silva

| | | | | |
|---|----|------|--------------------|--------|
| Unidade de serviço (n = 196) | | | | 0,77* |
| Acadêmica | 56 | 50,9 | 1,0 | |
| Administrativa | 42 | 48,8 | 0,96 (0,72 – 1,27) | |
| Carga horária semanal (n = 198) | | | | 0,49** |
| 0 – 39 horas | 9 | 42,9 | 1,0 | |
| 40 horas ou mais | 90 | 50,8 | 1,19 (0,71 – 1,99) | |
| Modalidade de trabalho (n = 198) | | | | 0,46* |
| Presencial | 65 | 52,0 | 1,0 | |
| Remoto e Híbrido | 34 | 46,9 | 0,90 (0,66 – 1,21) | |
| Cargo de CD ou FG (n = 198) | | | | 0,63* |
| Não | 74 | 51,0 | 1,0 | |
| Sim | 25 | 47,2 | 0,92 (0,67 – 1,28) | |
| Atividade de escritório ou administrativa (n = 197) | | | | 0,03* |
| Não | 26 | 65,0 | 1,0 | |
| Sim | 72 | 45,9 | 0,71 (0,53 – 0,94) | |
| Licença do trabalho por doença (n = 198) | | | | 0,80* |
| Não | 90 | 49,7 | 1,0 | |
| Sim | 9 | 52,9 | 1,06 (0,66 – 1,71) | |
| Atividade física no lazer (n = 198) | | | | 0,89* |
| Insuficientemente ativos | 49 | 50,5 | 1,0 | |
| Ativos | 50 | 49,5 | 0,98 (0,74 – 1,30) | |
| Atividade física no deslocamento (n = 196) | | | | 0,33* |
| Insuficientemente ativos | 82 | 52,2 | 1,0 | |
| Ativos | 17 | 43,6 | 0,83 (0,57 – 1,23) | |
| Atividade física total (n = 196) | | | | 0,54* |
| Insuficientemente ativos | 41 | 53,2 | 1,0 | |
| Ativos | 58 | 48,7 | 0,92 (0,69 – 1,21) | |

RP = Razão de Prevalência; CD ou FG = cargo de direção ou função gratificada; *Qui-quadrado de Pearson para heterogeneidade; **Qui-quadrado de Pearson para tendência linear;

Fonte: Tabela elaborada pelos autores.

Na análise ajustada, as variáveis idade e exercer atividades de escritório ou administrativas permaneceram associadas à SB. Indivíduos de 40 anos ou mais e que exerciam atividades de escritório ou administrativas apresentaram proteção superior a 30% contra a SB (Tabela 5).

Tabela 5. Análise ajustada dos fatores associados com a SB dos STA da UFPel em 2022.

| Variáveis | RP ajustada (IC 95%) | Valor p. |
|---|----------------------|----------|
| Idade (n = 198) | | 0,02** |
| 20 – 39 anos | 1,0 | |
| 40 – 49 anos | 0,69 (0.43 – 1.09) | |
| 50 anos ou mais | 0,82 (0.52 – 1.30) | |
| Atividade de escritório ou administrativa (n = 197) | | 0,008* |
| Não | 1,0 | |
| Sim | 0,68 (0,51 – 0,90) | |

RP: Razão de Prevalência; *Qui-quadrado de Pearson para heterogeneidade; **Qui-quadrado de Pearson para tendência linear;

Fonte: Tabela elaborada pelos autores.

4 Discussão

A prevalência de SB atingiu 50% dos investigados, frequência superior a encontrada em outro estudo com STA de uma universidade federal da zona da mata mineira (42%) (Oliveira *et al.*, 2020). Estudo realizado com professores de instituições de ensino superior da cidade de Salvador encontrou prevalência de 41% de SB. Segundo os autores, apesar destes trabalhadores executarem tarefas distintas dos STA, ocupam, em muitos momentos, o mesmo local físico de trabalho (Silva, L. *et al.*, 2021). Oliveira *et al.* (2020) descreveram que a alta prevalência dessa síndrome entre os STA investigados pode ser justificada pela alta carga de trabalho e a ausência de um estilo de vida saudável.

A prática de AF, assim como outras variáveis independentes, não apresentaram associação com a SB. Outro estudo (Lopes; Silva, 2018) realizado com STA, não encontrou associação entre a AF e o estresse, o qual é um preditor para a SB na forma crônica.

Apesar disso, a frequência de indivíduos com nível insuficiente de prática de AF foi preocupante. Neste estudo, 49,3%, 80,1% e 39,8% dos STA foram considerados insuficientemente ativos nas análises da AF do lazer, do deslocamento e na análise conjunta desses domínios, respectivamente. Comparativamente, em estudo realizado com STA da UFPel nos anos de 2014 e 2015 (Häfele *et al.*, 2018), a frequência de indivíduos classificados como insuficientemente ativos nos domínios de lazer e deslocamento conjuntamente foi similar a encontrada neste (38,9%). Entretanto, as frequências observadas no domínio de lazer (56,8%) e no domínio de deslocamento (73,8%) foram divergentes. Essa discrepância pode ser reflexo do paradoxo causado pelo cenário pandêmico da COVID-19, marcado pelas medidas de distanciamento social, restrição à utilização dos espaços públicos e privados e alterações na modalidade de trabalho que, conseqüentemente, levaram a uma readequação oportuna no estilo de vida das pessoas para manterem-se ativas, assim incorrendo em um aumento da prática de AF no lazer e em redução no deslocamento (Santana *et al.*, 2022). Sabe-se que a prática de AF é um dos comportamentos de saúde indicados para o tratamento de quadros de distúrbios mentais e demais doenças ocupacionais (Häfele *et al.*, 2018), entre elas a SB.

No presente estudo, indivíduos das faixas etárias mais jovens estiveram significativamente em maior esgotamento no local de trabalho, resultado também observado em estudos com policiais militares (Nascimento *et al.*, 2020) e profissionais de saúde (Fernández Sánchez; Pérez Mármol; Peralta Ramírez, 2017). Segundo Brewer e Shapard (2004), indivíduos com maior tempo de trabalho podem desenvolver habilidades para melhor enfrentar os problemas ocupacionais do que seus pares com menor idade. Por exemplo, na medida em que aumenta a experiência, o servidor tem mais domínio de sua função, diminui a susceptibilidade às

pressões de trabalho e, por consequência, os sintomas de Burnout. Os mesmos autores sugerem que é plausível que a diferença nos níveis de SB possa ser explicada por uma maior probabilidade de que os funcionários com altos níveis dessa síndrome deixem seu trabalho em uma idade mais jovem ou com menos experiência do que os funcionários que experimentam níveis mais baixos de SB nessa idade ou nível de experiência. Os referidos autores, os quais conduziram o estudo de metanálise (Brewer; Shapard, 2004) com diferentes grupos de trabalhadores, ressaltam que os resultados devem ser considerados com cautela, já que foram estudados diferentes grupos ocupacionais, os quais apresentavam diferentes culturas do local de trabalho, diferentes características das pessoas nas atividades específicas que executavam e diferentes padrões ou regulamentos em seus locais de trabalho.

Corroborando com a literatura (Brewer; Shapard, 2004; Moreira; Lucca, 2020), a SB também esteve associada a atividades de escritório ou administrativas, sendo estas, fatores de proteção para o esgotamento ocupacional. Alguns fatores relevantes podem gerar um maior esgotamento entre os trabalhadores com atividades não burocráticas das universidades (enfermeiro, técnico/auxiliar de laboratório, editor de imagens, desenvolvedor de sistemas, dentre outros), como baixo controle nas tarefas, falta de autonomia, desempenho de múltiplas funções e percepção de maior demanda psicológica, assim como ilustrado em um estudo que comparou enfermeiros e auxiliares administrativos (Moreira; Lucca, 2020). Ainda, os cargos operacionais possivelmente possuem maior exposição a riscos em suas tarefas, impactando diretamente em seus níveis de SB (Soares *et al.*, 2019).

Algumas limitações do estudo devem ser relatadas. A realização do estudo durante a pandemia de COVID-19 pode ter influenciado uma série de fatores importantes da pesquisa, o que pode ter afetado os achados obtidos. Um deles foi o elevado número de recusas, que além de reduzir o poder estatístico para a verificação de algumas associações também pode ter afetado a real prevalência do desfecho. Normalmente, as recusas estão associadas a indi-

vídus mais estressados, com maior demanda de trabalho, o que afetam a prevalência da SB. Além disso, a não inclusão no estudo dos trabalhadores afastados por motivo de saúde pode ter, ainda, levado a uma redução da prevalência do desfecho. Não podemos, por fim, deixar de relatar a possibilidade do viés de causalidade reversa, inerente aos estudos transversais, o qual pode ter afetado algumas associações.

5 Conclusão

Apesar das limitações amostrais, foram identificados muitos servidores com escores moderados e altos de SB. A SB mostrou-se associada negativamente com as faixas etárias a partir dos 40 anos e com as atividades administrativas ou de escritório.

Políticas voltadas à redução dos fatores que levam à SB entre STA da universidade devem ser criadas e implementadas pela instituição. A condução de novos estudos com o objetivo de identificar outros fatores que afetam a SB nos STA das instituições federais de ensino ainda seguem sendo necessários. Tais investigações auxiliarão o estabelecimento de um planejamento de ações voltadas à promoção da saúde com foco na redução da SB entre os trabalhadores. Ainda, no sentido de elevar a frequência de participação entre esses profissionais, enfatiza-se a importância de uma divulgação prévia demonstrando os compromissos éticos do estudo, a realização de um pacto de apoio com a gestão administrativa, os sindicatos e as associações desses profissionais e a utilização de entrevistas presenciais.

Referências

AYDIN, Y.; KAMUK, Y. U. Examining the Relationship Between Physical Activity, Quality of Life and Burnout Levels in Nurses. **Journal of Sports Sciences Research**, [s. l.], v. 6, n. 1, p. 88–105, 2021. Disponível em: <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/1659773>. Acesso em: 20 nov. 2023.

BRASIL. MINISTÉRIO DO TRABALHO E PREVIDÊNCIA. **Auxílios por incapacidade temporária acidentários e previdenciários concedidos segundo os códigos da Classificação Internacional de Doenças - CID-10**. Brasília, DF: MTP, 2023. Disponível em: https://www.gov.br/previdencia/pt-br/assuntos/previdencia-social/saude-e-seguranca-do-trabalhador/acidente_trabalho_incapacidade/tabelas-cid-10. Acesso em: 03 ago. 2023.

BREWER, E. W.; SHAPARD, L. Employee Burnout: A Meta-Analysis of the Relationship Between Age or Years of Experience. **Human Resource Development Review**, [s. l.], v. 3, n. 2, p. 102–123, 2004. DOI: <https://doi.org/10.1177/1534484304263335>. Disponível em: <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/1534484304263335>. Acesso em: 20 nov. 2023.

CASTELO BRANCO, F. M. F. *et al.* Burnout syndrome among university workers at the brazilian free frontier. **Revista de Pesquisa Cuidado é Fundamental**. Rio de Janeiro, Brasil, v. 12, p. 393–399, 2021. Disponível em: <https://seer.unirio.br/cuidadofundamental/article/view/8319>. Acesso em: 24 nov. 2023.

CELIK, S. U. *et al.* Prevalence and associated factors for burnout among attending general surgeons: a national cross-sectional survey. **BMC health services research**, [s. l.], v. 21, n. 1, p. 39, 2021.

DAPPER, S. N. *et al.* Fatores de risco associados à Síndrome de Burnout em servidores da Universidade Federal de Santa Maria. **Ciência e Natura**, [s. l.], v. 42, p. e26, 2020.

FERNÁNDEZ SÁNCHEZ, J. C.; PÉREZ MÁRMOL, J. M.; PERALTA RAMÍREZ, M. I. Influence of sociodemographic, occupational and life style factors on the levels of burnout in palliative care health professionals. **Anales del sistema sanitario de Navarra**. [s. l.], v. 40, n. 3, p. 421–431, 2017.

FERREIRA, R. E. D. S. **A organização do trabalho na Unidade de Doenças Infectocontagiosas e a ocorrência de Burnout nos trabalhadores de Enfermagem.** 2011. Dissertação (Mestrado em Enfermagem) – Faculdade de Enfermagem. Universidade Estadual do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2011. Disponível em: https://www.bdtd.uerj.br:8443/bitstream/1/11252/1/DISSERTACAO_FINAL_RITA_ELZI_DIAS_DE_SEIXAS_FERREIRA.pdf. Acesso em: 18 jun. 2023.

GERBER, M. *et al.* More Than a Simple Pastime? The Potential of Physical Activity to Moderate the Relationship Between Occupational Stress and Burnout Symptoms. **International journal of stress management**, [s. l.], v. 27, n. 1, p. 53–64, 2020. Disponível em: <https://psycnet.apa.org/fulltext/2019-20334-001.html>. Acesso em: 13 nov. 2023.

HÄFELE, C. A. *et al.* Relationship between physical activity levels and sleep duration among technical-administrative employees from a university in South Brazil. **Revista Brasileira de Medicina do Trabalho**, [s. l.], v. 16, n. 3, p. 305–311, 2018. Disponível em: https://www.rbmt.org.br/export-pdf/364/en_v16n3a07.pdf. Acesso em: 20 nov. 2023.

ISOARD-GAUTHEUR, S. *et al.* Stress-Burnout Relationship Examining the Moderating Effect of Physical Activity and Intrinsic Motivation for Off-Job Physical Activity. **Workplace health & safety**, [s. l.], v. 67, n. 7, p. 350–360, 2019. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30873913/>. Acesso em: 13 nov. 2023.

LOPES, S. V.; SILVA, M. C. Estresse ocupacional e fatores associados em servidores públicos de uma universidade federal do sul do Brasil. **Ciencia & saude coletiva**, [s. l.], v. 23, n. 11, p. 3869–3880, 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/qGMVYspNVbZVgBWtckFrZG/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 13 nov. 2023.

MASLACH, C.; LEITER, M. P. Understanding the burnout experience: recent research and its implications for psychiatry. **World psychiatry: official journal of the World Psychiatric Association (WPA)**, [s. l.], v. 15, n. 2, p. 103-111, 2016. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4911781/>. Acesso em: 13 nov. 2023.

MATSUDO, S. *et al.* Questionário internacional de atividade física (IPAQ): estudo de validade e reprodutibilidade no Brasil. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, [s. l.], v. 6, n. 2, p. 5-18, 2012. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/qGMVYspNVbZVgBWtckFrZG/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 13 nov. 2023.

MCLAURINE, W. D. A. Correlational Study of Job Burnout and Organizational Commitment among Correctional Officers. 2008, 92f. Tese (Doutorado em Filosofia) - School of Psychology. Capella University, Minnesota, 2008 apud SCHUSTER, M. S. *et al.* Identificação dos níveis de Burnout em um hospital público e aplicação da escala MBI-GS. **Revista de Administração Hospitalar e Inovação em Saúde**. [s. l.], v. 11, n. 4, p. 278-290, 2014. Disponível em: <https://revistas.face.ufmg.br/index.php/rahis/article/view/2173>. Acesso em: 13 nov. 2023.

MOREIRA, A. S.; LUCCA, S. R. Fatores psicossociais e Síndrome de Burnout entre os profissionais dos serviços de saúde mental. **Revista latino-americana de enfermagem**, [s. l.], v. 28, p. e3336, 2020. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/rlae/article/view/183493>. Acesso em: 13 nov. 2023.

NASCIMENTO, V. M. S. *et al.* Mental Health and Physical Activity Level in Military Police Officers from Sergipe, Brazil. **Motricidade**, [s. l.], v. 16, n. S1, p. 136-143, 2020. Disponível em: <https://revistas.rcaap.pt/motricidade/article/view/22334>. Acesso em: 13 nov. 2023.

OERLEMANS, W. G. M.; BAKKER, A. B. Burnout and daily recovery: a day reconstruction study. **Journal of occupational health psychology**, [s. l.], v. 19, n. 3, p. 303–314, 2014. Disponível em: <https://psycnet.apa.org/record/2014-21961-001>. Acesso em: 13 nov. 2023.

OLIVEIRA, I. K. *et al.* A identificação de fatores que influenciam a ocorrência da Síndrome de Burnout em servidores públicos de uma Instituição de Ensino Federal. **Brazilian Journal of Business**, [s. l.], v. 2, n. 3, p. 2084–2107, 2020. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJB/article/view/13349>. Acesso em: 13 nov. 2023.

PALAZZO, L. S.; CARLOTTO, M. S.; AERTS, D. R. G. C. Síndrome de Burnout: estudo de base populacional com servidores do setor público. **Revista de saúde pública**, [s. l.], v. 46, n. 6, p. 1066–1073, 2012. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rsp/a/wgSNX3jKDPTxCwFVFGMggmP/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 13 nov. 2023.

RAMOS DE PAULA, G.; CAMARGO, M.; JÚNIOR, E. Estresse Ocupacional e Síndrome de Burnout: considerações sobre a atuação do Psicólogo Organizacional e do Trabalho neste cenário. **Psicologia & Conexões**, [s. l.], v. 1, n. 1, p. 1-19, 2018.

SANTANA, W. F. *et al.* The decrease in the physical activity levels during the COVID-19 social distancing period. **Motriz: revista de educação física. UNESP**, [s. l.], v. 28, e10220016521, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/motriz/a/nffxbC9T3HKy6MgpqFRnTWB/?lang=en>. Acesso em: 13 nov. 2023.

SILVA, L. P. *et al.* Prevalence of burnout syndrome and associated factors in university professors working in Salvador, state of Bahia. **Revista Brasileira de Medicina do Trabalho**, [s. l.], v. 19, n. 2, p. 151–156, 2021. Disponível em: <https://www.rbmt.org.br/details/1595/en-US>. Acesso em: 13 nov. 2023.

SOARES, D. S. *et al.* Influência da atividade física no burnout em policiais militares. **Revista da Educação Física/UEM**, [s. l.], v. 30, n. 1, p. 3059, 2019. Disponível em: <https://periodicos.uem.br/ojs/index.php/RevEducFis/article/view/42580>. Acesso em: 13. nov. 2023.

VINNIKOV, D. *et al.* Occupational burnout in oncologists in Kazakhstan. **Occupational medicine**, [s. l.], v. 71, n. 8, p. 375-380, 2021. Disponível em: <https://academic.oup.com/occmed/article/71/8/375/6359534?login=true>. Acesso em: 13 nov. 2023.

WOLFF, M. B. *et al.* Associations between occupational and leisure-time physical activity with employee stress, burnout and well-being among healthcare industry workers. **American journal of health promotion: AJHP**, [s. l.], v. 35, n. 7, p. 957-965, 2021. Disponível em: <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/08901171211011372>. Acesso em: 13 nov. 2023.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). **Obesity: preventing and managing the global epidemic: report of a WHO consultation**. World Health Organization technical report series, [s. l.], v. 894, p. i-xii, 1-253, 2000. Disponível em: https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/42330/WHO_TRS_894.pdf?sequence=1&isAllowed=y. Acesso em: 18 jun. de 2023.

Publisher

Universidade Federal de Goiás. Faculdade de Educação Física e Dança. Publicação no Portal de Periódicos UFG. As ideias expressadas neste artigo são de responsabilidade de seus autores, não representando, necessariamente, a opinião dos editores ou da universidade.