

## Risco de *Burnout* em trabalhadores da Indústria Química

Gabriela Martins Gorski (Universidade Tecnológica Federal do Paraná) [gabriela\\_gorski@hotmail.com](mailto:gabriela_gorski@hotmail.com)

Maria Helene Giovanetti Canteri (Universidade Tecnológica Federal do Paraná) [canteri.mhg@gmail.com](mailto:canteri.mhg@gmail.com)

Luis Alberto Pilatti (Universidade Tecnológica Federal do Paraná) [lapilatti@utfpr.edu.br](mailto:lapilatti@utfpr.edu.br)

### Resumo:

O objetivo do presente estudo consistiu em investigar o risco de *Burnout* em trabalhadores de uma indústria química de um município do interior do Paraná. Para a caracterização da amostra foi utilizado um questionário estruturado e para avaliar o risco de *Burnout* empregou-se o Maslach Burnout Inventory – General Survey (MBI-GS). A partir dos dados coletados, foram utilizados procedimentos de estatística descritiva, além de frequências relativas e absolutas. Participaram do estudo 32 auxiliares da linha de produção com idade média de 39 anos, com prevalência de indivíduos homens, casados, que consideram sua saúde como boa e com o ensino fundamental incompleto. Quanto à síndrome de *burnout*, constatou-se que os indivíduos encontram-se em um risco moderado nas dimensões exaustão emocional e eficácia profissional, estando em uma faixa considerada preocupante. Em contrapartida, na dimensão despersonalização o risco de desenvolver a síndrome foi considerado baixo. Conclui-se que os indivíduos apresentam alguns sinais de cansaço emocional e físico, e também de insatisfação quanto ao cargo ou emprego que possuem, alertando para o surgimento de problemas relacionados à incapacidade, fracasso, frustração e desânimo no trabalho. Por fim, sugere-se a realização de estudos futuros que abordem a síndrome de *burnout* em auxiliares de produção e trabalhadores da indústria em geral, a fim de ampliar o conhecimento e discussão sobre a temática.

**Palavras chave:** *Burnout*, Trabalhadores, Indústria química.

## Risk of Burnout in chemical industry workers

### Abstract

The aim of this study was to investigate the risk of burnout in workers of a chemical factory in the interior of Paraná. One structured questionnaire was used to characterize the sample and we used the Maslach Burnout Inventory - General Survey (MBI-GS) to evaluate the risk of burnout. After the data collected, procedures for descriptive statistics were used, as well as absolute and relative frequencies. The study included 32 production assistants with an average age of 39 years, with prevalence of individuals men, married, who consider their health as good and that studied elementary education. Considering the burnout risk, it was found that these workers presents a moderate risk in the dimensions emotional exhaustion and professional efficacy, being in a risk band. In contrast, in the dimension depersonalization, the risk of developing the syndrome was considered low. We conclude that these workers have some signs of emotional, physical exhaustion and dissatisfaction about the office or position in their work, warning to emergence of problems related to the inability, failure, frustration and discouragement at work. Finally, we suggest future studies with the Burnout Syndrome in auxiliary production workers and the industry in general, in order to increase the knowledgement and the discussion on the topic.

**Key-words:** Burnout, Workers, Chemical industry.

## 1. Introdução

O recente aumento do nível de concorrência entre as empresas e a utilização intensa da tecnologia estabelece um panorama no qual um alto desempenho no trabalho é exigido pelas organizações em constante competitividade. Nesse sentido, o trabalhador é um elemento crucial nas organizações, visto que produz mais se está motivado, feliz e saudável (OGATA, 2012). Trabalhadores estressados tendem a desenvolver perdas econômicas para a empresa, em função da baixa produtividade e alta rotatividade de funcionários (CANOVA; PORTO, 2010).

Quando se encontra em estresse, o organismo remaneja suas fontes de energia e adianta uma agressão iminente. Se o perigo realmente existir, essa adaptação será positiva, mas, em contrapartida, o prejuízo será inevitável se o estado de alerta permanecer (LOURES et al., 2002). O trabalhador está sujeito a essa espécie de reação quando percebe uma determinada situação laboral como estressora, diminuindo sua capacidade para enfrentá-la e, conseqüentemente, provocando-lhe reações negativas (PASCHOAL; TAMAYO, 2004).

É importante ressaltar que, quando aspectos organizacionais interagem diretamente com o trabalhador, toda a questão fisiológica se transforma em uma questão psico-interacional e pode ser chamado de distúrbio do estresse no trabalho, também conhecido como “distress”, mais comum em profissionais de trabalhos com alta demanda e possibilidade pequena de decisão na organização. Um exemplo de distress crônico é o *burnout*, uma síndrome de exaustão profissional que pode alcançar toda classe trabalhadora, por meio de sentimentos emocionais desgastados, reações negativas, incompetência e insucesso no trabalho (AZEVEDO, KITAMURA, 2008). Especificamente, o estresse ocupacional é denominado *burnout* e trata-se da fase crônica do processo de estresse nesse ambiente. Caracteriza-se por um conjunto de sintomas, capaz de levar o trabalhador à depressão e até mesmo ao suicídio, em decorrência de sentimentos como impotência e inutilidade, da fadiga física e mental, da falta de entusiasmo pelo trabalho e pela vida e da baixa autoestima (BENEVIDES-PEREIRA, 2002).

Devido à grande disseminação de um instrumento (MBI) que avalia as dimensões do *Burnout*, a perspectiva mais adotada sobre a síndrome tem sido a de Maslach e Jackson (1981), pois fundamenta-se em uma concepção sócio psicológica envolvendo três dimensões independentes, mas relacionadas: exaustão emocional, despersonalização (ou cinismo) e diminuição da realização profissional (ou eficácia profissional). A exaustão emocional acontece por haver uma sensação de esgotamento físico e também mental, somando-se ao sentimento de tensão e frustração, diminuindo então a energia e o entusiasmo, chegando ao limite das possibilidades. A despersonalização ocorre por alterações na personalidade do indivíduo, o que faz com que desenvolva uma insensibilidade emocional e trate as pessoas envolvidas em seu trabalho de forma fria e desumana. Por fim, a diminuição da realização profissional refere-se à insatisfação com seu desenvolvimento profissional, surgindo sentimentos de desmotivação e fracasso (CARLOTTO; PALAZZO, 2006).

Em decorrência das diversas patologias, inclusive do estresse, causadas pelo ambiente de trabalho, necessita-se analisar a saúde e os fatores associados nos trabalhadores. Os dados resultantes devem representar adequadamente a realidade, demonstrando o desempenho das organizações frente à responsabilidade social e os efeitos de suas ações nos níveis da qualidade de vida do trabalhador, dentro e fora do trabalho (SESI-PR, 2008).

Nesse sentido, considerando que os adultos passam em média um terço de seu tempo de vida ativo em seu trabalho (FERREIRA, 2013) e que são escassos os estudos sobre *Burnout* voltados a essa classe trabalhadora, o objetivo do presente estudo consiste em investigar o

risco de *Burnout* em trabalhadores de uma indústria química de um município do interior do Paraná.

## 2. Metodologia

O estudo caracteriza-se como de delineamento transversal, pois de acordo com Pereira (1995) se deseja estimar a frequência com que um determinado evento de saúde se manifesta em uma população específica, além dos fatores associados com o mesmo.

Participaram do estudo todos os auxiliares da linha de produção de uma indústria química localizada em um município do interior do Paraná, totalizando 32 funcionários. Todos os participantes assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, estando cientes e de acordo com as informações repassadas.

Foram respeitados os aspectos éticos de pesquisa envolvendo seres humanos (Resolução nº 196/96 – Conselho Nacional de Saúde) e foram seguidos rigorosamente os princípios enunciados na Declaração de Helsink II de 20/08/1947.

O projeto de pesquisa foi encaminhado ao Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Tecnológica do Paraná e aprovado por meio do parecer nº 626.653

Para a caracterização da amostra foi utilizado um questionário estruturado contendo informações como idade, gênero, estado civil, auto percepção de saúde e nível de escolaridade. Já o risco de *Burnout* foi mensurado utilizando-se o instrumento Maslach Burnout Inventory – General Survey (MBI-GS) desenvolvido por Maslach e Jackson (1981) empregado na mensuração do *Burnout* em qualquer ambiente ocupacional e tipo de profissional.

Esse inventário aponta os sentimentos do profissional em relação ao trabalho que desenvolve e é composto por 16 itens, que avaliam três dimensões da síndrome de *burnout*: exaustão emocional, despersonalização (ou cinismo) e eficácia profissional (MASLACH, JACKSON, 1986). Para a classificação, os valores são somados e divididos pela quantidade de itens correspondentes a cada dimensão. Sendo assim, a partir da média, os sujeitos são classificados com baixo, médio ou alto risco de desenvolver a síndrome, de acordo com a tabela abaixo.

Dimensão	Baixo	Moderado	Alto
Exaustão emocional	< 2	2,01 – 3,19	> 3,20
Despersonalização	< 1	1,01 – 2,19	> 2,20
Eficácia profissional	> 5	4,99 – 4,01	< 4

Fonte: Mclaurine (2008)

Tabela 1 – Níveis de *Burnout* para cada dimensão

Devido ao baixo nível de escolaridade da população estudada, a aplicação dos questionários foi conduzida em forma de entrevista, por meio de explicações e acompanhamento da pesquisadora.

Para a análise dos dados foram utilizados procedimentos de estatística descritiva, sendo a média como medida de tendência central e o desvio padrão como medida de dispersão. Calcularam-se também frequências relativas e frequências absolutas.

## 3. Resultados e discussão

A caracterização dos participantes da pesquisa demonstra primeiramente a prevalência de 100% de respondentes do gênero masculino. Acredita-se que isso se deve às características do

próprio setor pesquisado, que normalmente é ocupado predominantemente por homens (ALMEIDA; SILVA, 2006).

Obteve-se uma média de idade de  $39 \pm 10,3$  anos, além de uma prevalência de indivíduos casados (53%). Considerando a auto percepção de saúde, 53% afirmaram que sua saúde está boa e 25% a consideraram regular. Quanto à escolaridade, detectou-se que 41% possuem somente o ensino fundamental incompleto, 31% o ensino médio completo e 13% dos participantes não frequentaram a escola (TABELA 2).

As características da amostra estudada são semelhantes as do estudo de Almeida e Silva (2006) no qual, 87,7% eram do gênero masculino, 58,3% casados e a média de idade foi de  $34,93 \pm 9,32$ . Além disso, o nível de escolaridade que apresentou maior prevalência entre os participantes foi o ensino médio completo.

Características	Frequência absoluta (n)	Frequência relativa (%)
<b>Gênero</b>		
Masculino	32	100
<b>Estado Civil</b>		
Solteiro	3	10
Casado	17	53
Divorciado	3	9
Outros	9	28
<b>Percepção de saúde</b>		
Excelente	5	16
Muito boa	2	6
Boa	17	53
Regular	8	25
Ruim	0	0
Péssima	0	0
<b>Escolaridade</b>		
Não escolarizado	4	13
Fundamental incompleto	13	41
Fundamental completo	3	9
Médio incompleto	1	3
Médio completo	10	31
Superior incompleto	1	3
Superior completo	0	0

Fonte: Autoria própria

Tabela 2 – Características da amostra

Na literatura são encontrados diversos estudos referentes à prevalência da síndrome de *burnout* e a classificação de suas dimensões em enfermeiros e professores. Entretanto, poucos estudos abordam a síndrome em outras classes trabalhadoras, em especial os auxiliares de produção e trabalhadores de indústrias em geral. Isso se deve à tradicional concepção sobre a síndrome, de que a mesma afetava somente profissionais com envolvimento interpessoal direto e indireto no trabalho.

Carlotto e Câmara (2008) realizaram uma análise da produção científica brasileira sobre a síndrome de *burnout*. As autoras identificaram 27 artigos, sendo a maioria relatos de pesquisa. Os profissionais mais investigados nos estudos encontrados foram os profissionais de saúde e

os professores. Além disso, a maioria das publicações encontrava-se localizada em revistas da área de psicologia e o maior volume de publicação aconteceu entre os anos de 2002 e 2005.

De qualquer forma, alguns artigos que estudam essa classe trabalhadora têm abordado a relação entre a síndrome de *burnout* e outras variáveis, como no estudo de Beltrán, Gónzalez e Salas (2013) que analisou a relação entre fatores psicossociais e a síndrome de *burnout* em trabalhadores da indústria de transformação da cidade mexicana de Tepic. Assim, constataram que a prevalência de fatores psicossociais negativos foi de 18,3% e ao contrário do presente estudo, encontraram uma alta prevalência da síndrome de *burnout*, correspondendo a 79,8%. Além disso, exaustão emocional apresentou uma prevalência de 42%, cinismo 27,7% e diminuição da eficácia profissional 64,7%.

Almeida e Silva (2006) avaliaram o impacto das dimensões de justiça organizacional no *Burnout* e no comprometimento organizacional em trabalhadores de empresas metalúrgicas do Rio de Janeiro. Da amostra estudada, 42,9% eram do setor de produção. Como resultados, os autores encontraram que uma percepção de trabalho justo está relacionada a um maior comprometimento e menores riscos de desenvolver a síndrome de *burnout*, o que seria importante para a empresa e também para o funcionário.

Outro estudo analisou a incidência de Lesões por Esforço Repetitivo (LER) e a relação com o *Burnout* em trabalhadores das nove províncias da África do Sul, sendo dos setores: financeiro (40,7%), mineração (33,2%) e fabricação (22,1%). Como resultados, os autores encontraram que os indivíduos que se classificaram com exaustão emocional apresentaram significativamente maior fadiga visual, rigidez muscular no pescoço e ombro e desconforto na parte superior das costas. Os que classificaram-se com diminuição da eficácia profissional apresentaram significativamente maior risco de apresentar sintomas de LER (SCHULTZ; MOSTERT; ROTHMANN, 2012).

Utilizando o Maslach Burnout Inventory, o estudo de Honkonen et al. (2006) avaliou a relação entre *Burnout* e doenças físicas na população trabalhadora da Finlândia. Os resultados mostraram que doenças físicas foram associadas às três dimensões de *Burnout*, tendo uma maior prevalência conforme a gravidade da síndrome. Além disso, *Burnout* associou-se a doenças musculoesqueléticas em mulheres e doenças cardiovasculares em homens.

Também com finlandeses e empregando o mesmo instrumento do presente estudo, Ahola et al. (2010) realizaram um estudo prospectivo de dez anos, investigando o risco de *Burnout* e sua relação como preditor de mortalidade em trabalhadores florestais. Durante o período, 3% dos participantes morreram e os autores concluíram que o risco de mortalidade foi 26% maior pelo aumento da dimensão exaustão profissional, 29% maior pelo aumento da dimensão cinismo e 22% maior pela diminuição da eficácia profissional.

Dimensões da síndrome de <i>burnout</i>	Desvio Padrão	Média	Risco de <i>Burnout</i>
Exaustão emocional	1,14	2,4	Moderado
Despersonalização	0,79	0,5	Baixo
Diminuição da Eficácia profissional	0,83	4,8	Moderado

Fonte: Autoria própria

Tabela 3 – Classificação do risco de *Burnout* dos trabalhadores de uma indústria química

Na tabela 3 estão os resultados calculados para cada dimensão, a partir dos dados coletados durante as entrevistas. Ao analisar por meio da média e desvio padrão o risco de *Burnout* em cada uma das três dimensões desses trabalhadores constatou-se que apresentaram um risco moderado para a exaustão emocional, como pode ser observado na tabela 3. Ou seja, percebe-

se que os indivíduos encontram-se em uma faixa considerada preocupante, onde já apresentam sinais de cansaço emocional e físico, alertando para o surgimento de problemas relacionados à frustração e desânimo no trabalho.

Embora que por poucos décimos, a média dos indivíduos para a dimensão diminuição da eficácia profissional também se classificou com um risco moderado, indicando certa preocupação, já que os indivíduos podem não estar muito satisfeitos com o cargo que assumem na empresa ou com o emprego, levando os mesmos a sentimentos de incapacidade sobre suas funções e até mesmo de fracasso.

Em contrapartida, foi possível verificar um baixo risco de *Burnout* na dimensão despersonalização, demonstrando que não há motivo de preocupação quanto à forma que esses trabalhadores tratam os outros funcionários da empresa, pois não tendem a apresentar alterações na personalidade e tratar os outros com falsidade e frieza.

Diferentemente do presente estudo, e talvez por se tratar de diferentes formas de trabalho, o estudo de Reatto et al. (2014) avaliou a prevalência da síndrome de *burnout* em bancários de um município do interior de São Paulo e identificou um baixo risco de *Burnout* na dimensão relacionada à diminuição da realização profissional e alto risco de *Burnout* nas dimensões exaustão emocional e despersonalização.

Murta (2013) avaliou a síndrome de *burnout* em 84 bombeiros de Coimbra e obteve como resultado baixo risco de desenvolver a síndrome nas dimensões exaustão emocional e despersonalização e risco moderado na dimensão realização profissional, se aproximando dos resultados encontrados no presente estudo.

Outro estudo utilizando o MBI e realizado com professores de escolas particulares de Porto Alegre, Rio Grande do Sul, verificou que indivíduos apresentaram risco baixo nas três dimensões, entretanto, corroborando com o presente estudo e de acordo com os escores de cada dimensão, a exaustão emocional foi a dimensão que atingiu maior índice, seguido de diminuição da eficácia profissional e, posteriormente, a despersonalização (CARLOTTO, PALAZZO, 2006).

Giján et al. (2014) estudaram a prevalência da síndrome de *burnout* em profissionais da área da saúde da Espanha e da Argentina. Os autores perceberam um maior nível de *Burnout* em trabalhadores espanhóis quando comparados aos argentinos. Os trabalhadores da Espanha apresentaram maiores riscos de desenvolver a síndrome nas dimensões exaustão emocional e despersonalização. No entanto, a dimensão diminuição da eficácia profissional apresentou risco maior nos trabalhadores argentinos, quando comparados aos espanhóis.

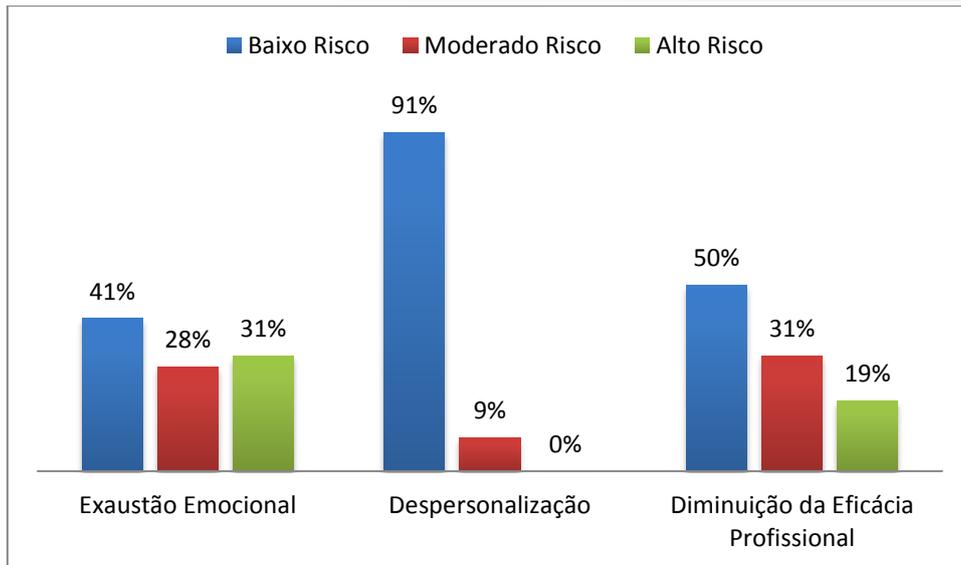


Figura 1 – Distribuição de frequência para cada dimensão e classificação

Apesar de o cálculo da média ter apontado para um risco moderado de desenvolver a síndrome de *burnout* em duas das dimensões, com o cálculo das frequências pode-se perceber que a maioria dos indivíduos foi classificado com risco baixo nas três dimensões, sendo 41% na dimensão exaustão emocional, 91% na dimensão despersonalização e 50% na dimensão diminuição da eficácia profissional, conforme pode ser observado na figura acima.

Ao observar os dados dessa forma, surge a reflexão acerca da importância em se avaliar individualmente cada trabalhador, a fim de que seja possível identificar em que dimensões o mesmo apresenta maior ou menor risco de desenvolver a síndrome, para que uma possível intervenção possa ser realizada.

O estudo de Freitas et al. (2014) realizado com profissionais de enfermagem, também distribuiu os dados em forma de frequência e constatou que houve um equilíbrio entre os indivíduos, com 33,3% para cada risco de *Burnout* na dimensão exaustão emocional. Nas dimensões despersonalização e diminuição da eficácia profissional, 47,6% e 57,1% dos indivíduos encontraram-se, respectivamente, com alto risco de desenvolver a síndrome.

Da mesma forma, Tucunduva et al. (2006) verificaram a frequência da síndrome de *burnout* em médicos cancerologistas brasileiros e encontraram que na dimensão exaustão emocional 44,2% dos indivíduos apresentaram baixo risco. Na dimensão despersonalização, 59,4% dos indivíduos se classificou com risco moderado e na dimensão eficácia profissional 76,6% apresentaram risco alto de desenvolver a síndrome de *burnout*.

Soares et al. (2011) avaliaram a prevalência da síndrome de *burnout* em Profissionais da Estratégia Saúde da Família no município de Maceió/AL e constataram a partir de frequências que, a maioria dos indivíduos se classificou com risco baixo nas dimensões exaustão emocional e despersonalização com 66% e 52%, respectivamente. Em contrapartida, a maioria apresentou alto risco de desenvolver a síndrome na dimensão diminuição da eficácia profissional, com 71%.

A discussão entre estudos com populações e profissões diferentes limita de certa forma, uma compreensão mais ampla acerca da prevalência dessa síndrome em auxiliares de linha de produção. Entretanto, convém a discussão a fim de se iniciar novas reflexões e estudos voltados a essa classe trabalhadora.

Os estudos encontrados na literatura sobre os riscos de *Burnout* são normalmente feitos com

enfermeiros, profissionais da saúde e professores, o que dificulta a possibilidade de uma discussão mais aprofundada acerca do *Burnout* em trabalhadores em geral e mais especificamente com trabalhadores industriais.

#### 4. Conclusões

Conclui-se, a partir dos resultados do presente estudo, que os trabalhadores dessa Indústria Química ainda não apresentam risco alto de desenvolver a síndrome de *burnout*. Entretanto, classificando-se com risco moderado já significa o suficiente para que se iniciem reflexões sobre o funcionamento do trabalho e a relação dos trabalhadores com os demais e com o contexto em que está inserido.

Além disso, ressalta-se a importância da formulação e aplicação de intervenções no ambiente laboral a fim de minimizar possíveis sentimentos de frustração, fracasso, esgotamento físico e mental, o que prejudicaria tanto a saúde do trabalhador como o processo de produção das empresas.

Adicionalmente, é importante ressaltar que níveis de risco alto nas dimensões exaustão emocional e diminuição da eficácia profissional, possivelmente levariam os indivíduos a aumentarem os níveis de risco na dimensão despersonalização, modificando a personalidade dos mesmos e tornando-os falsos e indiferentes com outros trabalhadores que estão inseridos em seu ambiente laboral.

Considerando o fato de os estudos apontarem que a síndrome de *burnout* não mais prioriza a visão de a mesma ocorrer somente devido ao contato com pessoas no ambiente laboral, sugere-se a realização de artigos futuros que ampliem o conhecimento sobre essa temática, proporcionem maiores discussões a respeito e relacionem possíveis variáveis que tendem a influenciar o *Burnout* nessa e em outras classes trabalhadoras.

#### Referências

- AHOLA, K. et al. *Burnout as a predictor of all-cause mortality among industrial employees: A 10-year prospective register-linkage study*. Journal of Psychosomatic Research, Vol. 69, p. 51–57, 2010.
- ALMEIDA, G. O.; SILVA, A. M. M. *Justiça organizacional, impactos no Burnout e o comprometimento dos trabalhadores*. Revista Eletrônica de Gestão Organizacional. Vol4, n. 2, p. 160 – 175, 2006.
- AZEVEDO, V. A. Z.; KITAMURA, S. *Saúde e Qualidade de Vida nas Corporações*. In: VILARTA, R. GUTIERREZ, G. L. *Qualidade de vida no ambiente corporativo*. IPES, 1ªed, Campinas, 2008.
- BELTRÁN, C. A.; GÓNZALEZ, J. L. L.; SALAS, J. H. B. *Factores psicosociales y síndrome de burnout en trabajadores de la industria de la transformación de la masa, Tepic, México*. Revista Colombiana de Psiquiatria, Vol. 42, n. 2, p. 167-172, 2013.
- BENEVIDES-PEREIRA, A. M. T. *Burnout: O processo de adoecer pelo trabalho*. In: BENEVIDES-PEREIRA, A. M. T. (Org.) *Burnout: quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador*. São Paulo: Casa do Psicólogo, p. 21-91, 2002.
- CANOVA, K. R.; PORTO, J. B. *O impacto dos valores organizacionais no estresse ocupacional: um estudo com professores de ensino médio*. Revista de Administração Mackenzie. Vol. 11, n. 5, 2010.
- CARLOTTO, M. S.; PALAZZO, L. S. *Síndrome de burnout e fatores associados: um estudo epidemiológico com professores*. Cadernos de Saúde Pública. Vol. 22, n. 5, p.1017-1026, 2006.
- CARLOTTO, M. S.; CÂMARA, S. G. *Análise da produção científica sobre a Síndrome de Burnout no Brasil*. Psico-PUCRS. Vol.39, n.2, p.152-158, 2008.
- FERREIRA, C. L. *Entrevista Realizada com Luiz Alberto Pilatti*. Revista Brasileira de Qualidade de Vida. Vol. 5, n. 2, p. 67-70, 2013.

- FREITAS, A. R. et al.** *Impacto de um programa de atividade física sobre a ansiedade, depressão, estresse ocupacional e síndrome de Burnout dos profissionais de enfermagem no trabalho.* Revista Latino Americana de Enfermagem. Vol.22, n.2, p. 332 – 336, 2014.
- GIJÁN, H.** *Síndrome de Burnout y satisfacción laboral en el personal sanitario de España y Argentina.* Revista Electrónica de Investigación: Docencia Creativa. Vol.3, n.8, p. 60 – 68, 2014.
- HONKONEN, T. et al.** *The association between burnout and physical illness in the general population—results from the Finnish Health 2000 Study.* Journal of Psychosomatic Research. Vol. 61, p. 59 – 66, 2006.
- LOURES, D. L. et al.** *Estresse Mental e Sistema Cardiovascular.* Arquivos Brasileiros de Cardiologia. Vol. 78, n. 5, p. 525-30, 2002.
- MASLACH, C.; JACKSON, S. E.** *The measurement of experienced burnout.* Journal of Occupational Behavior. Vol. 2, p. 99-113, 1981.
- MASLACH, C.; JACKSON, S. E.** Maslach Burnout Inventory. 2nd ed. Palo Alto, CA: Consulting Psychologist Press, 1986.
- MCLAURINE, W. D.** *A Correlational Study of Job Burnout and Organizational Commitment Among Correctional Officers.* School of Psychology: Capella University, 2008.
- MURTA, S. M. S.** *Síndrome de burnout e valores de vida nos Bombeiros Sapadores da Câmara Municipal de Coimbra.* 2013. 95f. Dissertação (Mestrado em Psicologia Social e Organizacional) - Instituto Superior de Línguas e Administração de Leiria, Portugal.
- OGATA, A. J. N.** *Os amplos benefícios de um estilo de vida saudável.* In: OGATA, A. et al. Profissionais saudáveis, empresas produtivas: como promover um estilo de vida saudável no ambiente de trabalho e criar oportunidades para trabalhadores e empresas. Elsevier Editora, 2012.
- PASCHOAL, T.; TAMAYO, A.** *Validação da escala de estresse no trabalho.* Estudos de Psicologia. Vol. 9, n. 1, p. 45-455, 2004.
- PEREIRA, M. G.** *Epidemiologia: teoria e prática.* Rio de Janeiro: Guanabara, Koogan; 1995.
- REATTO, D. et al.** *Prevalência da síndrome de Burnout no setor bancário no município de Araçatuba (SP).* Archives of Health Investigation. Vol. 3, n. 2, p. 1-8, 2014.
- SOARES, I. N. L. et al.** *Análise do estresse ocupacional e da síndrome de Burnout em profissionais da estratégia saúde da família no município de Maceió/AL.* Revista Semente. Vol. 6, n. 6, p. 84 – 98, 2011.
- SCHULTZ, G.; MOSTERT, K.; ROTHMANN, I.** *Repetitive strain injury among South African employees: The relationship with burnout and work engagement.* International Journal of Industrial Ergonomics. Vol. 42, p. 449 - 456, 2012.
- TUCUNDUVA, L. T. C. M. et al.** *A síndrome da estafa profissional em médicos cancerologistas brasileiros.* Revista da Associação Médica Brasileira. Vol. 52, n.2, p. 108 – 112, 2006.
- SESI. Paraná.** *Pesquisa qualidade de vida do trabalhador da indústria: metodologia.* Curitiba, 2008.