



UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARÁ
INSTITUTO DE CIÊNCIAS SOCIAIS APLICADAS
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM ADMINISTRAÇÃO

AYARA LETÍCIA BENTES DA SILVA

**PREVALÊNCIA DA SÍNDROME DE *BURNOUT* ENTRE ENTREGADORES
CICLISTAS DE APLICATIVO**

BELÉM-PA
2024

AYARA LETÍCIA BENTES DA SILVA

**PREVALÊNCIA DA SÍNDROME DE *BURNOUT* ENTRE ENTREGADORES
CICLISTAS DE APLICATIVO**

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Administração - PPGAD, do Instituto de Ciências Sociais Aplicadas - ICSA, da Universidade Federal do Pará - UFPA, como parte dos requisitos necessários para a obtenção do título de Mestre em Administração. Linha de Pesquisa: Estratégia e Desempenho Organizacional.

Orientadora: Profa. Dra. Camila Ramos

BELÉM-PA
2024

**Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP) de acordo com ISBD
Sistema de Bibliotecas da Universidade Federal do Pará
Gerada automaticamente pelo módulo Ficat, mediante os dados fornecidos pelo(a) autor(a)**

D111p da Silva, Ayara Letícia Bentes.
Prevalência da Síndrome de Burnout entre entregadores
ciclistas de aplicativo / Ayara Letícia Bentes da Silva. — 2024.
52 f. : il. color.

Orientador(a): Prof^a. Dra. Camila Carvalho Ramos
Dissertação (Mestrado) - Universidade Federal do Pará,
Instituto de Ciências Sociais Aplicadas, Programa de Pós-
Graduação em Administração, Belém, 2024.

1. Síndrome de Burnout. 2. Gig Economy. 3. entregadores
ciclistas. I. Título.

CDD 068.81

AYARA LETÍCIA BENTES DA SILVA

PREVALÊNCIA DA SÍNDROME DE *BURNOUT* ENTRE ENTREGADORES CICLISTAS
DE APLICATIVO

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Administração - PPGAD, do Instituto de Ciências Sociais Aplicadas - ICSA, da Universidade Federal do Pará - UFPA, como parte dos requisitos necessários para a obtenção do título de Mestre em Administração.

Aprovada em 4 de março de 2024.

Banca examinadora:

Presidente: Profa. Dra. Camila Carvalho Ramos
Orientadora - PPGAD/UFPA

1º Examinador: Prof. Dr. Carlos André Corrêa de Mattos
Membro Interno - PPGAD/UFPA

2º Examinador: Prof. Dr. Eric Campos Alvarenga
Membro Externo - IFCH /UFPA

AGRADECIMENTOS

À minha mãe, Cristina. As palavras nunca serão suficientes para expressar a gratidão que sinto por sua presença constante. Sua crença em meu potencial foi o alicerce sobre o qual construí cada conquista. Cada desafio superado é, em grande parte, um reflexo da força que encontrei em sua confiança.

Às minhas amigas Marcelly e Tereza, do Laboratório de Gestão do Comportamento Organizacional, e ao orientando da Prof. Camila, Filipe, pela ajuda na coleta de dados nas ruas de Belém. A colaboração e o entusiasmo que cada um de vocês demonstrou na coleta tornaram os desafios encontrados mais leves.

Ao Prof. César Barth, por compartilhar seus conhecimentos sobre os aspectos metodológicos de pesquisa e pela atenção aos esclarecimentos das minhas dúvidas quanto à análise dos dados.

À Coordenação do Programa de Pós-Graduação em Administração da UFPA (PPGAD/UFPA) pela oportunidade concedida por meio da bolsa de estudo que viabilizou minha dedicação exclusiva a esta pesquisa. Gratidão pela atenção e eficiência com que a Coordenação do PPGAD sempre resolveu minhas dúvidas durante o curso.

À minha orientadora, a professora Camila Carvalho Ramos, pela sua orientação tão atenciosa e excepcional desde os meus primeiros anos de graduação em Administração até os desafios do mestrado. Sua orientação foi crucial para o meu desenvolvimento acadêmico e profissional. À medida que encerro este capítulo acadêmico e me preparo para novos desafios, carrego comigo não apenas o conhecimento adquirido, mas também a admiração e gratidão por ter tido uma orientadora tão dedicada e inspiradora.

RESUMO

As mudanças no mercado de trabalho, aliadas à intensificação da concorrência e da flexibilização das leis trabalhistas, trouxeram novos riscos à saúde dos trabalhadores e à produtividade organizacional. Este ambiente competitivo e dinâmico pode, muitas vezes, levar a um adoecimento profissional com patologias de cunho psicológico como: depressão, Síndrome do pânico, distúrbios de ansiedade e a Síndrome de *Burnout* (SB). Nesta era de avanço tecnológico, um arranjo de trabalho que está se apresentando como tendência na sociedade é a *Gig Economy*. Há um foco de pesquisas sobre essa economia que investiga como funciona a prestação de serviço a partir dos comandos da plataforma digital, porém faltam estudos com foco na saúde e na qualidade de vida desses trabalhadores. Esse cenário, somado ao elevado número de profissionais afastados de seu trabalho acometidos com a Síndrome de *Burnout*, torna oportuno um estudo para investigar a prevalência da Síndrome em entregadores ciclistas de aplicativo, os quais representam uma das categorias profissionais presentes nesta economia. O presente estudo foi desenvolvido por meio de uma pesquisa quantitativa com 159 entregadores ciclistas que trabalham por meio de aplicativos de comida e perecíveis. A análise de regressão linear múltipla permitiu examinar a relação entre uma variável dependente (*Burnout*) e cinco variáveis independentes (idade, horas de trabalho diárias, falta de treinamento do entregador, falta de local para descanso e número de acidentes de trabalho). Constatou-se que as variáveis horas de trabalho por dia e acidentes de trabalho são preditoras da Síndrome de *Burnout*.

Palavras-chave: Síndrome de *Burnout*; *Gig Economy*; entregadores ciclistas.

ABSTRACT

Changes in the labor market, combined with the intensification of competition and the relaxation of labor laws, have brought new risks to workers' health and organizational productivity. This competitive and dynamic environment can often lead to professional illness with psychological illnesses such as: depression, panic syndrome, anxiety disorders and Burnout Syndrome (BS). In this era of technological advancement, a work arrangement that is emerging as a trend in society is the "Gig Economy". There is a focus of research on this economy that investigates how service provision works based on digital platform commands, with a lack of studies focusing on the health and quality of life of these workers. This scenario, added to the high number of professionals away from their work suffering from Burnout Syndrome, makes a study opportune to investigate the prevalence of the Syndrome in app cyclist delivery drivers, which is one of the professional categories present in this economy. The present study was developed through quantitative research with 159 cyclist delivery drivers who work through food and perishables apps. In this study, multiple linear regression analysis made it possible to examine the relationship between a dependent variable (Burnout) and five independent variables (age, daily working hours, lack of delivery driver training, lack of a place to rest and number of work accidents). It was found that the variables working hours per day and work accidents are predictors of Burnout Syndrome.

Keywords: Burnout syndrome; Gig Economy; cyclist delivery drivers.

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	7
2	FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA E HIPÓTESES	9
2.1	Condições de trabalho e adoecimento.....	9
2.2	Síndrome de Burnout.....	12
3	MÉTODO	18
3.1	Caracterização da Pesquisa	18
3.2	Participantes.....	18
3.3	Preceitos éticos	18
3.4	Instrumento.....	19
3.5	Procedimentos	20
3.6	Tratamento de dados.....	20
3.6.1	Burnout Assessment Tool (BAT).....	20
3.6.2	Regressão Linear Múltipla.....	21
4	RESULTADOS E DISCUSSÕES	22
4.1	Perfil dos Participantes	22
4.2	Prevalência da SB entre os participantes da pesquisa	23
4.3	Avaliação do Modelo, Análise Descritiva e Teste de Hipóteses.....	23
5	CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	29
	REFERÊNCIAS.....	31
	APÊNDICES	42

1 INTRODUÇÃO

O mundo do trabalho tem passado por significativas transformações, de um lado motivadas pelo avanço tecnológico, de outro pela constituição de novas formas e relações de trabalho - caracterizadas por flexibilidade salarial, da jornada de trabalho e das formas de contratação, bem como pela viabilização da prestação laboral via plataformas digitais. Nesta dinâmica, destaca-se a *Gig Economy*, arranjos de trabalho que conectam, por meio de plataformas digitais, as demandas de consumidores e fornecedores a partir de trabalhos informais, em geral, de curta duração (Gupta; Gupta, 2023). Estima-se que 150 milhões de trabalhadores estejam inseridos nesse tipo de economia (Popan, 2021).

Em 2020, a *Gig Economy* e o trabalho mediante plataformas digitais ganharam mais atenção no Brasil em função da pandemia da COVID-19, uma vez que foram considerados serviços essenciais capazes de viabilizar o distanciamento social de parcela da sociedade e a continuidade da atividade econômica de diferentes setores (Doorn, 2020). Reflexo desse cenário é a taxa de ocupação no país que atinge 94,2 milhões de pessoas, sendo que 40,7% delas trabalham informalmente, totalizando 38,3 milhões de trabalhadores (Oliveira, 2021).

Ao mesmo tempo em que as inovações proporcionadas pela *Gig economy* ampliaram as possibilidades de trabalho, também fomentaram o debate acerca do funcionamento da plataforma digital (Cano; Espelt; Morell, 2021; Muldoon; Raekstad, 2023; Popan, 2021), bem como das consequências que a consolidação dessas formas de trabalho pode provocar nas relações trabalhistas tradicionais (Vecchio *et al.*, 2022) e na saúde do trabalhador (Plöger; Keuneke, 2021; Qiu, 2022; Min; Bansal, 2023).

No caso dos entregadores de comida por aplicativo, para aumentar seus ganhos, assumem mais responsabilidades de entrega e buscam a conclusão pontual do seu serviço, a fim de evitar penalidades estipuladas pelas plataformas em função de atrasos (Zhang; Cheung; Huang, 2022). Esses aspectos resultam em sobrecarga de trabalho e pressão do tempo para concluir as entregas, aspectos frequentemente reconhecidos como demandas pelo modelo *Job Demands-Resources* (JD-R) (Zhang; Cheung; Huang, 2022). Chen (2023) ratifica que a pressão do tempo emerge como um elemento crucial entre os motoristas de entrega, contribuindo para relatos de demandas de trabalho mais elevadas, o que resulta em maior estresse no ambiente de trabalho.

De acordo com Silvestre Silva-Junior *et al.* (2022), as condições às quais esses trabalhadores estão expostos contribuem para a degradação das condições de trabalho,

intensificação do trabalho e para a insegurança desses colaboradores, podendo ocasionar efeitos adversos na sua saúde, como estresse, desmotivação e Síndrome de *Burnout* (SB) (Montoro *et al.*, 2022; Silvestre Silva-Junior *et al.*, 2022).

Para Nguyen-Phuoc *et al.* (2023), a Síndrome de *Burnout*, a partir da perspectiva do modelo (JD-R), decorre de demandas elevadas de trabalho associadas à escassez de recursos. Nessa teoria, há dois tipos de recursos: os pessoais e os organizacionais. Na *Gig Economy*, os organizacionais são transferidos para os trabalhadores, uma vez que não são fornecidos pelas empresas de plataforma, com a justificativa de que o trabalhador é seu próprio chefe. Essas empresas atuam apenas como intermediárias, fazendo com que as tarefas diárias dos entregadores contemplem altos níveis de contato interpessoal (Zhang; Cheung; Huang, 2022).

As pesquisas sobre a SB ainda são concentradas nos profissionais da saúde, como médicos (Abdelhafiz *et al.*, 2020; Claponea *et al.*, 2022; Dimitriu *et al.*, 2020; Küçükali *et al.*, 2023; Kuzmin *et al.*, 2021; Portier; Mathonnet, 2022) e enfermeiros (Hur; Cinar; Suzan, 2022; Jofre *et al.*, 2020; Matsuishi *et al.*, 2021; Salas *et al.*, 2021; Schneider-Matyka *et al.*, 2023; Toscano; Tommasi; Giusino, 2022). Aos poucos, vêm incorporando novas categorias, tal qual os da *Gig Economy*, como pode ser observado em estudo sobre a síndrome em motociclistas entregadores em Taiwan (Chen, 2023); motociclistas entregadores no Vietnã (Nguyen-Phuoc *et al.*, 2023); motoristas entregadores na China (Zhang; Cheung; Huang, 2022) e no estudo sobre o impacto do controle de máquina controlando o trabalho para a SB em trabalhadores temporários (Lang *et al.*, 2023).

Apesar da ampliação, os estudos sobre a *Gig economy* ainda estão limitados a determinadas categorias profissionais, como motoristas profissionais e motociclistas entregadores, e os estudos sobre *Burnout* ainda se concentram entre profissionais da área da saúde. Diante disso, o presente estudo buscou contribuir com a literatura investigando as variáveis socioprofissionais associadas ao risco de desenvolvimento da SB entre entregadores ciclistas que trabalham nas plataformas.

2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA E HIPÓTESES

2.1 Condições de trabalho e adoecimento

O trabalho é um aspecto central da vida das pessoas (Nieuwenhuijsen; Bruinvels; Frings-Dresen, 2010; Takeuti; Saliba, 2020). Porém, nota-se uma resistência social em admitir que esse mesmo ambiente pode acarretar resultados não satisfatórios para os trabalhadores, como mal-estar, doenças e acidentes (Cardoso; Morgado, 2019). Essa relutância acaba ocultando os resultados não satisfatórios e responsabilizando o trabalhador pelo seu próprio adoecimento (Sznelwar, 2013).

Somado a esse contexto potencialmente adoecedor, há perdas de direitos trabalhistas, flexibilização e intensificação do trabalho, surgimento de novas relações de trabalho, com reflexos não só no âmbito financeiro do trabalhador, mas também relacionados à sua saúde física e mental, favorecendo o desenvolvimento de doenças ocupacionais que trazem consequências tanto para o trabalhador, quanto para a sociedade como um todo (Leite; De Paula, 2022; Pereira *et al.*, 2020).

Segundo Silvestre Silva-Junior *et al.* (2022), as doenças ocupacionais decorrem das condições laborais e geram danos à integridade física e/ou mental do trabalhador. Os resultados sociais desse adoecimento vão além da perda da produtividade, gerando aumento do uso dos serviços de assistência à saúde.

Demandas excessivas de trabalho (Akodu; Ashalejo, 2019), falta de apoio das empresas (Garbarino *et al.*, 2013), condições laborais cada vez mais rebaixadas (Antunes; Praun, 2015), são exemplos de riscos psicossociais aos quais os trabalhadores estão expostos e que podem torná-los, cada vez mais, suscetíveis ao sucateamento da força de trabalho e às doenças ocupacionais, dentre elas, a Síndrome de *Burnout* (Pereira *et al.*, 2020). A Síndrome de *Burnout* é composta por três dimensões: exaustão emocional, despersonalização e falta de realização pessoal (Maslach; Leiter, 2016).

Conforme afirma Antunes e Praun (2015), esse cenário de precarização do trabalho decorre das corporações transnacionais que oferecem salários e condições laborais cada vez mais rebaixadas, levando os trabalhadores a terem que complementar sua renda. Somado aos altos índices de desemprego, desencadearam a busca por emprego na chamada *Gig Economy*, também conhecida como “economia de bico” (Hamari; Sjöklint; Ukkonen, 2016; Vaclavik; Oltramari; Oliveira, 2022; Zwick, 2018). De acordo com a *International Labour Organization*

(2018), *Gig Economy* são arranjos de trabalho que não apresentam muita estruturação e são mediados pelas plataformas digitais. Nessa economia, os trabalhadores são colocados para cumprir uma tarefa específica com duração definida e sem vínculo empregatício (Popan, 2021).

Buscando compreender esse fenômeno da “economia de bicos”, Srnicek (2017) a definiu como “capitalismo de plataforma”, ao compreender esse arranjo de trabalho intermediado por empresas capitalistas, em vez de focar apenas na questão tecnológica. Nesse contexto, tais plataformas são infraestruturas digitais que possibilitam a interação entre dois ou mais grupos e a extração de dados dessa comunicação.

No Brasil, essa economia é conhecida como “uberização do trabalho” e representa a grande maioria do trabalho oferecido pelas empresas por meio das plataformas digitais, que contam com a adesão de usuários-trabalhadores e de usuários-consumidores (Coutinho, 2021). No contexto da pandemia da COVID-19, em função do Decreto Presidencial 10.282/2020, que classificou os serviços de entrega de saúde, higiene, limpeza, alimentos, bebidas e materiais de construção como essenciais, houve aumento da demanda de trabalho para esses entregadores, assim como para profissionais que se encontravam desempregados e aderiram a essa função (Aquino; Pilate; Félix, 2020).

Stefano (2015) classificou a *Gig Economy* em dois grupos: i) Sistemas Remotos de Trabalho Coletivo, nos quais os trabalhadores realizam suas atividades remotamente por meio de *sites* como *Amazon Mechanical Turk* e ii) Sistemas Locais de Trabalho sob Demanda, cujas atividades são gerenciadas via aplicativo, porém sua conclusão ocorre de modo presencial, por exemplo, a Uber e o Ifood. Nesse último, a entrega de alimentos é feita via aplicativos, por meio de motocicleta ou bicicleta (Belanche *et al.*, 2021). Segundo Aquino, Pilate e Félix (2020), os trabalhadores dessa modalidade estão mais suscetíveis a acidentes de trabalho e mais expostos a doenças infecciosas, devido à interação direta com pessoas (Oliveira; Junges, 2023). Somado a isso, os entregadores que utilizam bicicleta ainda dependem da sua força física para garantir sua renda mensal e enfrentam os riscos de acidentes no trânsito, uma vez que realizam suas entregas de bicicleta (Aquino; Pilate; Félix, 2020).

Esse atual modelo de trabalho, “de bicos”, não se enquadra na tradicional classificação de vínculo empregatício, exposta no Art. 3º da Lei nº 5.452/1943, visto que não cumpre os quatro requisitos essenciais: a pessoalidade (somente o empregado pode exercer o trabalho), a não eventualidade (trabalho prestado de maneira contínua), a onerosidade (receber por seu trabalho) e a subordinação (recebimento de ordens). A subordinação, uma das características

principais do vínculo empregatício, é ainda mais difícil de ser reconhecida e mapeada na economia “de bicos”, já que, teoricamente, a empresa não dá ordens diretas aos trabalhadores, não determina padrões de tempo para prestar o serviço, nem fornece equipamentos para executar a tarefa (Abílio; Amorim; Grohmann, 2021). Isso acontece, pois a empresa não o reconhece legalmente como trabalhador vinculado, e sim como um “parceiro” (Curchod *et al.*, 2020; Keith; Harms; Long, 2020; Louzado-Feliciano *et al.*, 2022).

No entanto, de acordo com Costa *et al.* (2022), ao invés de “parceria”, o que se tem visto é um cenário de exploração e de precarização do trabalho, uma vez que esses profissionais não têm contratos de trabalho permanentes e não recebem nenhum tipo de benefício, como salário mínimo, horas garantidas, férias, auxílio-doença e seguro desemprego, além de terem que arcar com os custos dos equipamentos básicos para exercer o seu trabalho, como veículos, celulares, internet, bolsas térmicas, Equipamento de Proteção Individual, entre outros. Além disso, ainda são expostos há uma intensa pressão por agilidade nas entregas, com a previsão inclusive de penalidades em função de atrasos (André; Silva; Nascimento, 2019; Aquino; Pilate; Félix, 2020; Flanagan, 2019; Woodcock, Graham, 2019; Zhang; Cheung; Huang, 2022).

Fleming (2017) afirma que, ao assumir os custos envolvidos no trabalho, o trabalhador tende a ter endividamento pessoal e, como consequência, insegurança financeira. Por outro lado, a organização ganha ao diminuir os custos trabalhistas com admissão, previdência, folha de pagamento, etc. A fragilidade financeira foi apontada como preditor de estresse significativo entre trabalhadores dessa modalidade de trabalho em estudo conduzido por Keith, Harms e Long (2020). Segundo os autores, não ter uma renda fixa, ser submetido a tensões impostas pela plataforma, assumir riscos pessoais e financeiros, ao arcar com todos os custos do seu trabalho, é uma forma de aprisionar esses trabalhadores e aumentar os riscos de esgotamento.

Para evitar o adoecimento ocupacional, é necessário promover o bem-estar do trabalhador, pois o capital humano é o ativo mais valioso e intangível da organização, o qual precisa ser considerado em qualquer projeto que almeja alcançar ganhos produtivos. Por este motivo, as empresas necessitam priorizar os aspectos sociais e não precarizantes nesse processo. Esses aspectos impactam no desempenho organizacional e precisam ser priorizados nas estratégias de gestão das empresas (Bonfante; Oliveria; Nardi, 2015).

2.2 Síndrome de *Burnout*

As primeiras publicações acerca de *Burnout* surgem em meados da década de 1970, nos Estados Unidos, por meio dos trabalhos de Freudenberger (1974, 1975) e Maslach (1976). O termo *Burnout* se refere ao nível devastador de estresse, sendo a junção de “*burn*” (queima) e “*out*” (exterior, fora), jargão popular em inglês, que significa aquilo que deixou de funcionar por absoluta falta de energia. Trata-se de uma metáfora para o último estágio de estresse, o qual, traduzido do inglês, significa “queimar-se por completo”.

Esse termo foi utilizado em 1974, por Freudenberger, descrevendo-o como um sentimento de fracasso e exaustão causado por um excessivo desgaste de energia e recursos. Inicialmente, esses autores descreveram como essa enfermidade ocorria no ambiente de trabalho (Freudenberger, 1974; 1975; Maslach, 1976). Freudenberger (1974; 1975) observou que os voluntários de sua pesquisa, trabalhadores de uma agência de saúde, apresentaram um esgotamento emocional gradativo, acompanhado de perda de motivação e comprometimento e de uma variedade de sintomas mentais e físicos (Schaufeli; Maslach; Marek, 2017).

A *World Health Organization* classifica a Síndrome de *Burnout* (SB) como um fenômeno ocupacional resultante do estresse crônico no local de trabalho que não foi gerenciado com sucesso e está incluída na 11ª Revisão da Classificação Internacional de Doenças (CID-11). Os profissionais que estão mais propensos a serem acometidos pela síndrome são os que, de alguma forma, apresentam um contato direto com pessoas (Brijová *et al.*, 2022; Gómez-Polo *et al.*, 2021; Pereira; Leitão; Ramos, 2022).

O termo “*Burnout*” foi usado pela primeira vez por Freudenberger (1974), que o descreveu com as seguintes características: uma combinação de sentimentos, exaustão e fadiga, um resfriado persistente, dor de cabeça, distúrbios gastrointestinais, insônia e falta de ar. As principais causas da Síndrome de *Burnout*, segundo o autor, são o ambiente e as condições de trabalho.

Para Freudenberger (1977), os principais sintomas da Síndrome de *Burnout* são: sentimentos de exaustão, fracasso, desamparo, baixa autoestima, falta de realização pessoal, estado permanente de nervosismo, dificuldade de concentração, comportamento agressivo, absenteísmo, baixo desempenho no trabalho, comunicação inadequada, irritabilidade e impaciência, tédio, dores de cabeça, tensão muscular, insônia, fadiga crônica, ritmo cardíaco acelerado (taquicardia), gastrite, úlceras, depressão, ansiedade, obsessão, frustração.

Atualmente, a definição mais aceita sobre a Síndrome de *Burnout* fundamenta-se na perspectiva social psicológica de Maslach e Jackson (1981), segundo as quais, a Síndrome de *Burnout* é uma resposta prolongada a estressores crônicos no nível pessoal e relacional presentes no trabalho, determinada a partir de três dimensões: exaustão, despersonalização ou cinismo e ineficiência profissional (Cañadas-De La Fuente *et al.*, 2015; Pereira; Leitão; Ramos, 2022; Platán Pérez, 2013; Wong *et al.*, 2021).

A exaustão emocional (EE) seria um forte sentimento de tensão emocional, sensação de esgotamento e de falta de energia e de recursos emocionais próprios para lidar com rotinas da prática profissional. A despersonalização ou cinismo (DS) seria uma insensibilidade emocional do profissional, levando-o a um contato frio e impessoal com os receptores de seus serviços. A baixa realização profissional ou eficácia no trabalho (ET) seria caracterizada como uma autoavaliação negativa, associada à insatisfação e ao desânimo com o trabalho e com o próprio desempenho profissional, cuja sensação de mau resultado leva a uma sensação de incompetência (Cañadas-De La Fuente *et al.*, 2015; Pereira; Leitão; Ramos, 2022; Platán Pérez, 2013; Wong *et al.*, 2021).

Schaufeli, De Witte e Desart (2019) propuseram um modelo que utiliza uma abordagem dedutiva (teórico) e indutiva (empírico) para medir o esgotamento. Esse questionário foi desenvolvido para corrigir uma gama de elementos conceituais, inadequações técnicas e práticas do Maslach *Burnout* Inventory MBI, o qual foi desenvolvido há aproximadamente 40 anos para fins de pesquisa, e não como uma ferramenta de avaliação (Schaufeli; De Witte; Desart, 2019).

Nesse novo modelo, a síndrome como um todo é caracterizada quando se reconhece a presença do conjunto de quatro sintomas primários no trabalhador. Sua dinâmica se inicia com extrema fadiga (exaustão), seguida pela diminuição da sua regulação emocional (queda na autorregulação emocional) e da redução da sua capacidade cognitiva (diminuição da autorregulação cognitiva) (Vazquez *et al.*, 2019). Por fim, acrescenta-se a esse quadro o desenvolvimento de relutância ou aversão ao trabalho, conhecido como distanciamento mental. Esses sintomas podem estar acompanhados por outros, considerados secundários, como humor depressivo, angústia psicológica e sintomas psicossomáticos (Vazquez *et al.*, 2019).

Para Bakker *et al.* (2000), os principais sintomas da SB são o sentimento de exaustão emocional ou esgotamento de energia, bem como sintomas como atitudes negativas e cínicas

em relação a quem vai receber o serviço ou atendimento, despersonalização e o sentimento negativo sobre si mesmo em relação aos trabalhos (diminuição da autoconfiança pessoal).

Cañadas-De La Fuente *et al.* (2015) constataram que indivíduos que apresentam *Burnout* geralmente se manifestam com problemas psicossomáticos (fraqueza e insônia), problemas emocionais (ansiedade e depressão), problemas de atitude (hostilidade, apatia e desconfiança) e problemas comportamentais (agressividade, irritabilidade e isolamento), entre outros. Para Klamut, Olivera-Figueroa e Weissenberger (2022), as pessoas acometidas por *Burnout* são incapazes de atender às exigências e demandas de seus empregos e ambientes de trabalho, pois não veem sentido em seu trabalho, em decorrência da reação prolongada à exaustão emocional, física e mental.

De acordo com o modelo (JD-R), as demandas de trabalho são definidas como as atividades que devem ser realizadas e referem-se aos aspectos físicos, sociais ou organizacionais do trabalho que necessitam de suporte físico e psicológico (Bakker; Xanthopoulou; Demerouti, 2023). Nesse cenário, as demandas não são, necessariamente, vistas como algo negativo, porém elas podem se tornar estressores de trabalho, se exigirem um esforço maior que as capacidades desse trabalhador (Nguyen-Phuoc *et al.*, 2023).

No JD-R, os recursos de trabalho são os componentes de um determinado trabalho, os quais têm efeito positivo no desenvolvimento profissional, engajamento no trabalho e comprometimento organizacional. São exemplos de recursos de trabalho: autonomia, variedade de habilidades, *feedback* de desempenho e oportunidades de crescimento (Bakker; Costa, 2014; Bakker; Demerouti, 2017). Dessa forma, o engajamento refere-se a uma atitude positiva em relação ao trabalho, a qual é fundamentada em três aspectos: energia (elevada energia e resiliência mental), dedicação (envolvimento no trabalho) e absorção (elevada concentração) (Alves *et al.*, 2020).

Consoante a essa linha de raciocínio, Bakker e Wang (2020) identificaram que comportamentos autodestrutivos (má comunicação, erros, conflitos) estão positivamente relacionados com a SB e negativamente relacionados ao engajamento no trabalho. Ao final da pesquisa, descobriu-se que trabalhadores, quando estão mais estressados, criam mais demandas para si e acabam desenvolvendo comportamentos autodestrutivos (Bakker; Wang, 2020).

Nesse modelo, o comprometimento da saúde ocorre em decorrência das demandas físicas, sociais ou organizacionais que vão exigir do trabalhador um alto custo psicológico ou fisiológico que reduz a sua energia. Esse processo desencadeia um aumento do estresse no

ambiente de trabalho, levando à exaustão do trabalhador (Beraldin; Danese; Romano, 2019; Crawford; Lepine; Rich, 2010).

Sob tal conjuntura, Nguyen-Phuoc *et al.* (2023) adaptaram o modelo JD-R para avaliar o esgotamento entre entregadores de comida no Vietnã e acrescentaram as demandas e recursos pessoais, somado ao risco de segurança percebido ao modelo. Eles identificaram que as demandas de trabalho, os recursos de trabalho e as demandas pessoais impactam diretamente no comportamento de risco. Nesse modelo, o desgaste no trabalho foi identificado como o principal preditor para o esgotamento profissional e os recursos pessoais foram atenuantes contra a associação negativa entre as demandas de trabalho e o esgotamento.

Zhang, Cheung e Huang (2022), com base na perspectiva da teoria da JD-R, propõem que as empresas de entrega de alimentos reduzam as demandas de trabalho e a pressão do tempo para concluir as entregas, bem como forneçam recursos de trabalho, a exemplo do apoio organizacional para reduzir os índices de esgotamento em entregadores da China.

Diversos fatores podem ocasionar a SB. Estudos realizados com motoristas (Tàpia-Caballero *et al.*, 2022), atletas de futsal (Bertoldi *et al.*, 2019), enfermeiros (Faria *et al.*, 2019), motorista de transporte de coletivo de passageiros (Neumann; Carlotto, 2020) e com padres e religiosos brasileiros (Pacciolla; Sanagiotto, 2022) identificaram que a idade do trabalhador pode influenciar a Síndrome de *Burnout*. Quanto maior a idade, menor o risco de desenvolver *Burnout* e vice-versa. Conforme Boechat e Ferreira (2014), isso pode ser explicado pelo fato de indivíduos mais novos ainda não disporem de um adequado repertório de estratégias de enfrentamento das situações que lhes causam estresse. Diante do exposto, foi formulada a Hipótese 1.

- a) Hipótese 1 (H1):** A idade do entregador está positiva e significativamente associada à síndrome de *Burnout*.

A jornada de trabalho também foi identificada como uma variável preditora de *Burnout* em estudos conduzidos com motoristas (Neumann; Carlotto, 2020; Tàpia-Caballero *et al.*, 2022) e enfermeiros da linha de frente da COVID-19 (Almeida *et al.*, 2021). Nesse último estudo, turnos de trabalho de 8 ou mais horas resultaram no relato de exaustão emocional, física e psicológica. Acerca disso, foram propostas duas hipóteses.

- b) Hipótese 2 (H2):** As horas de trabalho por dia do entregador estão positiva e significativamente associadas à síndrome de *Burnout*.

c) Hipótese 3 (H3): As horas de trabalho por dia do entregador estão positiva e significativamente associadas aos sintomas secundários de *Burnout*.

Entre os fatores sociodemográficos, o número de filhos é investigado como desencadeador da SB (Costa *et al.*, 2022; Goebel; Carlotto, 2019; Silva *et al.*, 2015). Magalhães *et al.* (2021) identificaram em seu estudo que a falta de experiência como pai ou mãe pode dificultar a resolução de situações que exijam paciência e favorecer o desenvolvimento de SB. Moreira *et al.* (2009) complementam a explicação ao argumentar que indivíduos sem filhos não apresentam maiores responsabilidades, maturidade e expectativas realistas, quando comparados com trabalhadores que têm filhos. Diante disso, elaborou-se a Hipótese 4.

d) Hipótese 4 (H4): O número de filhos do entregador está positiva e significativamente associado à síndrome de *Burnout*.

Para Brijová *et al.* (2022), o estresse prolongado no trabalho pode levar a reações psicológicas em mudanças orgânicas, as quais podem gerar desequilíbrios que afetam a vida social, familiar e o trabalho. Siegall e McDonald (2004) acrescentam outros fatores, além do estresse prolongado, como desencadeante da SB: carga horária excessiva, baixa autonomia no trabalho, más relações de trabalho, suporte insuficiente em seu ambiente de trabalho e falta de treinamento para executar tarefas. Assim, foi elaborada a Hipótese 5.

e) Hipótese 5 (H5): A falta de treinamento do entregador está positiva e significativamente associada à síndrome de *Burnout*.

Wong *et al.* (2021) identificaram que um ambiente de trabalho difícil, falta de apoio e uma tendência individual à autocrítica, aumentam o risco de *Burnout*. Semeijn *et al.* (2019) identificaram os três principais estressores em caminhoneiros: falta de local para descanso, agressões de outros usuários na estrada e horas de condução do veículo. Desse modo, elaborou-se a Hipótese 6.

f) Hipótese 6 (H6): A falta de local para descanso do entregador está positiva e significativamente associada à síndrome de *Burnout*.

Ao analisar as dimensões da SB, a qualidade do sono teve impacto na despersonalização e na exaustão emocional. Por este motivo, essa categoria tem sido alvo de diversos estudos. Má qualidade do sono, longas jornadas de trabalho (Braeckman *et al.*, 2011; Zhang; Cheung; Huang, 2022), saúde mental, sedentarismo (Useche *et al.*, 2018), número de acidentes (Zhang; Cheung; Huang, 2022), são alguns dos fatores presentes nas condições de trabalho desses profissionais, que têm sido apontados como preditores da SB.

Alonso *et al.* (2020) realizaram um estudo com 1.200 motoristas espanhóis e constataram que 41,6% dos participantes apresentavam exaustão emocional no ambiente de trabalho e 80,2% mostravam sinais de estresse ou exaustão ocupacional. Essa pesquisa identificou que os fatores relacionados a um trabalho insalubre (estresse no trabalho e exaustão emocional no trabalho) têm impacto na produtividade desses motoristas.

Além de comprometer a saúde, o bem-estar e a produtividade dos profissionais, a SB apresenta efeitos negativos para a organização como um todo, uma vez que reduz o desempenho geral dela, devido ao aumento do absenteísmo e porque os trabalhadores trabalham sentindo-se cansados e doentes e, portanto, não são eficazes (presenteísmo). Consequentemente, eleva as taxas de colisões e lesões para os trabalhadores que trabalham no trânsito (Tàpia-Caballero *et al.*, 2022). Diante do exposto, foram elaboradas duas hipóteses.

g) Hipótese 7 (H7): O número de acidentes no trabalho de entregador está positiva e significativamente associado à síndrome de *Burnout*.

h) Hipótese 8 (H8): O número de acidentes no trabalho do entregador está positiva e significativamente associado aos sintomas secundários de *Burnout*.

Para Souza *et al.* (2023), as consequências geradas pela Síndrome de *Burnout* podem ser divididas em três níveis: i) pessoal - absenteísmo, uso incontrolável de medicamentos, insegurança ao tomar decisões e sentimento de não pertencimento; ii) grupal - isolamento, discussões desnecessárias e presenteísmo; e iii) organizacional - *turnover*, dificuldade para alcançar metas institucionais, rivalidades, acidentes de trabalho e ruídos na comunicação.

Portanto, para reduzir os índices de SB entre profissionais vinculados à *Gig Economy*, pode-se incluir: a) a avaliação e o aprimoramento dos processos de expedição e dos sistemas de remuneração baseados em atribuições por parte das empresas de entrega de alimentos online (Chen, 2023); b) a redução ou a eliminação de penalidades por atrasos nas entregas (Chen, 2023) e c) a disponibilização de recursos de trabalho, como o suporte organizacional. Essas são algumas estratégias que podem ser implementados para auxiliar os trabalhadores a gerenciarem o estresse no trabalho, conforme preconizado pelo modelo JD-R (Chen, 2023).

3 MÉTODO

3.1 Caracterização da Pesquisa

O presente estudo realizou uma análise, por meio de regressão linear múltipla, para identificar a relação entre variáveis socioprofissionais e a prevalência da Síndrome de *Burnout* entre entregadores ciclistas de aplicativo em Belém-Pará. A fim de alcançar a finalidade da pesquisa, este estudo caracteriza-se como descritivo, pois esse tipo de pesquisa observa, analisa e correlaciona fatos ou fenômenos (Silva; Bervian; Cervo, 2007). A pesquisa também é caracterizada como quantitativa. Utilizando esse método, é possível, de acordo com Creswell e Creswell (2021), quantificar variáveis previamente definidas e examinar como elas influenciam outras variáveis.

3.2 Participantes

Participaram do estudo 159 entregadores do setor alimentício que utilizam bicicleta como meio de transporte e possuem vínculo ativo a um dos serviços de entrega de comida e outros perecíveis, por aplicativo, autorizados a atuar no município de Belém-PA. Não foi possível garantir a aleatoriedade, portanto, a amostra é não probabilística. Essa amostra é considerada significativa, pois, de acordo com Hair *et al.* (2009), o tamanho da amostra necessita de uma proporção mínima de 5:1, porém o tamanho da amostra ideal necessita de uma proporção de 15:1 ou 20:1. Neste estudo, foram investigadas duas variáveis independentes (horas de trabalho e acidentes no trabalho), logo, a proporção mínima necessária seria de 40 observações, e a proporção atingida foi de 79,5 observações.

3.3 Preceitos éticos

Esse projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa com Humanos da Universidade Federal do Pará, por meio da Plataforma Brasil (CAAE 67905223.6.0000.0018). Assim, os entregadores ciclistas que aceitaram participar da pesquisa foram convidados a assinar um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE, Apêndice A).

Todos os participantes receberam informações orais sobre o objetivo do estudo, bem como dos possíveis riscos e benefícios envolvidos do projeto. O consentimento do participante foi solicitado antes da coleta de dados. Uma vez obtido, os participantes do estudo foram

informados que sua participação seria voluntária e que poderiam desistir a qualquer momento, sem a necessidade de justificativa.

Os dados foram tratados de forma confidencial. Nenhum identificador pessoal foi coletado. O respondente não recebeu qualquer incentivo financeiro ou teve qualquer ônus, com a finalidade exclusiva de colaborar para o sucesso da pesquisa. Portanto, o estudo atendeu a resolução 510/2016, na qual toda pesquisa que envolve seres humanos deve ser submetida ao comitê de revisão ética.

3.4 Instrumento

Como técnica de coleta de dados, adotou-se a aplicação de questionário de forma presencial. O questionário (Apêndice B) continha 53 questões subdivididas em duas seções. A primeira seção era composta por 10 questões relacionadas ao perfil pessoal (e.g. nome, gênero; idade; cor; estado civil; número de filhos; grau de escolaridade; moradia; residência; e remuneração mensal) e 10 questões relacionadas ao perfil profissional dos participantes (e.g. vínculo como entregador; dias de semana trabalhado; tempo como entregador; horas de trabalho por dia; uso e custos com o equipamento de proteção individual; possuir bicicleta própria; recebimento de treinamento; existência de local de descanso; e ter sido acometido com acidentes no trânsito) e a segunda seção era composta pela versão brasileira do *Burnout Assessment Tool* (BAT) desenvolvida por Schaufeli, De Witte e Desart (2019), que pode ser utilizada de maneira eficiente para validar níveis de *Burnout* em trabalhadores (Haar, 2022). Esse instrumento foi desenvolvido como alternativa ao Maslach *Burnout Inventory* (MBI), pois o MBI recebeu várias críticas conceituais, técnicas e práticas (Marrinhas *et al.*, 2023).

O BAT mede quatro dimensões de Burnout: (1) Exaustão; (2) Distanciamento mental, (3) Declínio no controle cognitivo e (4) Declínio no controle emocional (Pereira; Gonçalves; Assis, 2021), além de sintomas secundários como Queixas psicológicas e Queixas psicossomáticas (Schaufeli; De Witte; Desart, 2019). O instrumento é constituído por 23 itens que correspondem aos sintomas primários e 10 itens para sintomas secundários, respondidos por meio de uma escala *Likert* de 5 pontos: (1) nunca; (2) raramente; (3) algumas vezes; (4) com frequência; e (5) sempre.

O instrumento possui questões que contemplam as quatro dimensões fundamentais do trabalho: 8 variáveis avaliam a Exaustão, 5 itens o Distanciamento mental, 5 itens o Declínio

no controle cognitivo, 5 itens o Declínio no controle emocional, 5 itens Queixas psicológicas e 5 itens Queixas psicossomáticas.

3.5 Procedimentos

A condução da presente pesquisa foi dividida em duas fases que serão melhor descritas a seguir.

Fase 1. Seleção e admissão de participantes. Foram convidados a participar da pesquisa entregadores de alimentos, abordados em locais de grande circulação desses profissionais. Os entregadores que aceitaram participar da pesquisa foram informados sobre os seus objetivos e do caráter anônimo e voluntário da sua participação.

Após o aceite, foi entregue ao participante o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE - Apêndice A) em 2 vias para assinatura. Uma ficou com o participante e a outra com os pesquisadores.

Fase 2. Aplicação do questionário. A aplicação do instrumento foi realizada de forma presencial, no local de espera por entrega dos participantes. Na ocasião, foi oferecido caneta e prancheta para responder às questões. A coleta foi realizada entre os meses de agosto e outubro de 2023. Finalizada a coleta, os dados foram tabulados em editor de planilhas e analisados utilizando-se o software estatístico Jamovi (versão 2.4.11).

3.6 Tratamento de dados

3.6.1 *Burnout Assessment Tool* (BAT)

Para identificar a prevalência da Síndrome de *Burnout* por meio da aplicação da BAT entre os participantes da pesquisa, foi avaliada a pontuação obtida a partir da soma das pontuações de todos os itens de uma subescala específica e depois dividida a soma pelo número de itens dessa escala por média dos escores (Schaufeli; Witte; Desart, 2019). Para tanto, foram utilizadas 5 categorias de pontuações: (1) nunca; (2) raramente; (3) algumas vezes; (4) com frequência; e (5) sempre. Ao somar as pontuações de todos os itens da BAT e dividir a soma por 23, obtém-se a pontuação total, que também varia entre 1 e 5. O mesmo procedimento é seguido para o cálculo da pontuação total dos 10 sintomas (Schaufeli; Witte; Desart, 2019).

A BAT utiliza o modelo de semáforo para realizar a análise individual. Ou seja, o valor de corte corresponde às cores do semáforo (verde, laranja, vermelho): Verde - a pontuação é inferior a 2,58 (não existe *Burnout*); Laranja - a pontuação é maior ou igual a 2,59 e menor que 3,02 (existe risco de *Burnout*); Vermelho - a pontuação é maior ou igual a 3,02 (o esgotamento é mais provável). Os sintomas secundários são calculados de forma semelhante (Schaufeli; Witte; Desart, 2019).

3.6.2 Regressão Linear Múltipla

Para o tratamento de dados, foi utilizada a técnica multivariada de regressão linear múltipla com auxílio do *software* estatístico Jamovi (versão 2.4.11), que, segundo Hair *et al.* (2009), é uma técnica de dependência. Para usá-la, o pesquisador necessita identificar as variáveis dependentes e independentes. Nessa direção, Field (2009) afirma que a regressão múltipla busca prever um resultado a partir de variáveis independentes.

Neste estudo, a regressão linear múltipla possibilitou a avaliação do relacionamento de uma variável dependente (*Burnout*) com cinco variáveis independentes (idade, horas de trabalho por dia, falta de treinamento do entregador, falta de local para descanso, número de acidentes de trabalho). Obteve-se como resultado uma equação linear de predição da variável dependente.

4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Nesta seção, serão apresentados e discutidos os resultados da pesquisa, iniciando pela análise do perfil dos participantes, em seguida apresentando a análise de prevalência da Síndrome de *Burnout* entre os participantes e, posteriormente, pela análise da relação entre as variáveis socioprofissionais descritas na literatura e a prevalência da Síndrome de *Burnout* entre entregadores ciclistas de aplicativo do município de Belém-PA.

4.1 Perfil dos Participantes

Dos 159 respondentes, 155 eram do gênero masculino (97%). Esse mesmo perfil foi predominante entre entregadores pesquisados em estudos na China 99% (Huang, 2022), Paris 93% (Krier *et al.*, 2022), 92,7% Índia (Katrodia, 2020), Grã- Bretanha 78% (Christie; Ward, 2023), Austrália 72,5% (Oviedo-Trespalácios; Rubie; Haworth, 2022).

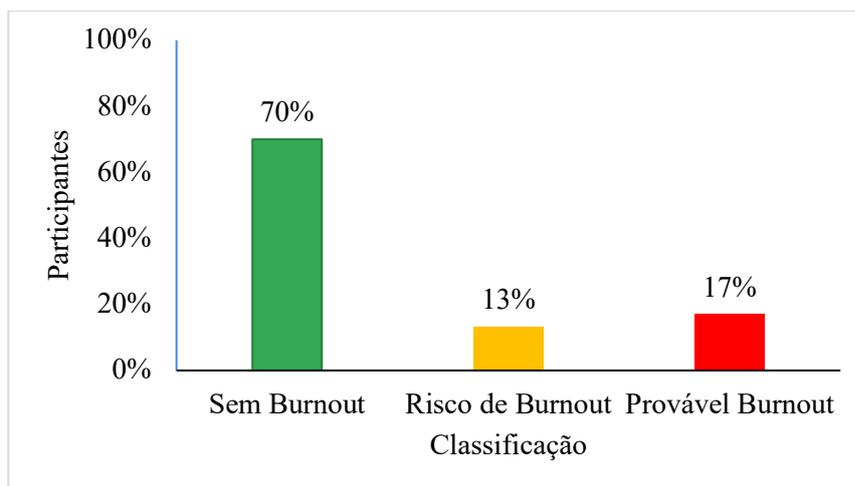
Quanto à faixa etária, 50% apresentavam entre 18 e 25 anos. 63,5% dos participantes não tinham filhos. Quanto ao nível de escolaridade, 62% possuíam o ensino médio completo. Quanto ao estado civil, 75% eram solteiros. Em relação à cor/raça, 58% se autodeclararam pardos. Sobre a remuneração mensal, 40% relataram receber menos de R\$1.000,00. Quanto à residência, 99% moravam em Belém. No que se refere ao vínculo com empresas, 86% possuíam vínculo com Ifood. Sobre os dias de trabalho, 55% relataram trabalhar entre 6 e 7 dias por semana. Quanto ao tempo como entregador, 36% dos participantes informaram trabalhar há 6 meses nessa função.

No que concerne à carga horária diária, 63% trabalham entre 5 e 8 horas. Em relação à bicicleta, 91% apresentavam veículo próprio. Quanto aos acidentes de trabalho, 57% relataram nunca terem sofrido acidentes. Em relação a treinamentos, 88% não receberam nenhum tipo treinamento para exercer a atual função. Acerca do local de descanso, 94% relataram não possuir. No que diz respeito aos equipamentos de trabalho, 96% informaram trabalhar utilizando mochila térmica, seguido de internet (94%) e celular (93%). Por fim, 97% não receberam nenhum item da empresa para trabalhar. Os dados completos do perfil dos participantes podem ser acessados no Apêndice C.

4.2 Prevalência da SB entre os participantes da pesquisa

Na sequência, o estudo buscou identificar a prevalência da SB entre entregadores ciclistas da cidade de Belém/PA. A Figura 1 apresenta o percentual de participantes que apresentaram ou não riscos para o desenvolvimento da síndrome.

Figura 1 - Percentual de participantes com a SB



Fonte: Elaborado pela autora (2024).

Apesar das condições, já descritas, às quais essa categoria profissional está exposta, 70% dos participantes não apresentaram risco para a SB. Entretanto, 13% apresentaram risco de desenvolver a síndrome e 17% provavelmente já estão acometidos por ela. Portanto, 30% dos participantes entrevistados apresentaram algum risco relacionado à SB. Dado semelhante foi encontrado em estudo realizado com ciclistas recreativos, no qual 70% dos participantes também não apresentaram a SB. Os autores do estudo identificaram uma relação positiva entre o uso da bicicleta, a autorrealização nas dimensões física, psicológica, social e de autoeficácia e o humor positivo. Essas relações podem estar relacionadas com a atividade química cerebral que ocorre quando é realizada a atividade física: os exercícios do ciclismo melhoram o humor subjetivo, reduzem o nível de cortisol, assim como os níveis de depressão (Kaplan; Wrzesinska; Prato, 2019).

4.3 Avaliação do Modelo, Análise Descritiva e Teste de Hipóteses

Para identificar se as variáveis socioprofissionais podem ser preditoras da SB, utilizou-se a regressão linear múltipla. Para isso, foram consideradas cinco variáveis independentes:

idade, horas de trabalho por dia, falta de treinamento do entregador, falta de local para descanso, número de acidentes de trabalho. As variáveis dependentes consistem nas quatro dimensões da SB (Exaustão; Distanciamento mental, Declínio no controle cognitivo e Declínio no controle emocional) e os sintomas secundários (Queixas psicológicas e Queixas psicossomáticas).

Ao analisar as correlações entre as cinco variáveis do estudo e as dimensões da SB, constatou-se que apenas duas variáveis (horas de trabalho por dia e acidentes no trabalho) apresentaram valor $-p \leq 0,05$. Posto isto, a Tabela 1 contém as correlações significativas para o modelo de estudo.

Tabela 1 - Correlação de fatores

Burnout	1	2	3	4	5	6	7	8
1.Exaustão	-							
2.Distanciamento mental	0.572	-						
3.Declínio no controle cognitivo	0.441	0.364	-					
4.Declínio no controle emocional	0.438	0.346	0.468	-				
5.Queixas psicológicas	0.562	0.466	0.584	0.522	-			
6.Queixas Psicossomáticas	0.568	0.32	0.399	0.495	0.631	-		
7. Horas de trabalho por dia	0.28	0.141	0.134	0.194	0.215	0.23	-	
8. Acidente no trabalho	0.228	0.258	0.241	0.191	0.256	0.188	0.251	-

Fonte: Elaborado pela autora (2024).

Como mostra a Tabela 1, as correlações apresentaram valores que variam entre baixa e alta associação. Segundo Cohen (1992), a baixa associação apresenta valores de 0,1 a 0,29; a média associação apresenta valores entre 0,3 e 0,49; e a forte associação apresenta valores superiores a 0,5. A partir deste contexto, Field (2009) recomenda que seja utilizado em relações de predição entre variáveis a regressão múltipla linear. Neste estudo, o instrumento apresentou consistência interna adequada (\bar{y} de Cronbach = 0,850), semelhante ao proposto por Schaufeli, Witte e Desart (2019), que também obtiveram bons valores de consistência interna (\bar{y} de Cronbach > 0,80).

Posto isto, a regressão múltipla é uma técnica mais amplamente usada e versátil (Hair *et al.*, 2009) utilizada para prever um resultado a partir de uma ou mais variáveis previsoras

(Field, 2009). O coeficiente de determinação (R^2) é considerado uma medida da quantidade de variação no qual uma variável é explicada pela outra (Field, 2009). O coeficiente ajustado de determinação (R^2 ajustado) considera o número de variáveis independentes incluídas na equação e no tamanho da amostra (Hair *et al.*, 2009). O coeficiente de regressão padronizado (β) é uma variável que possibilita uma comparação direta entre os coeficientes quanto a seus poderes relativos à explicação da variável dependente, como também usam dados padronizados e podem realizar uma comparação direta (Hair *et al.*, 2009). A Tabela 2 apresenta os resultados da regressão.

Tabela 2 - Resultado da regressão linear múltipla das variáveis do estudo

Variável Dependente	Regressores	R	R ²	R ² Ajustado	β
Exaustão	Horas	0.339	0.115	0.104	0.240
	Acidente				0.157
Distanciamento mental	Horas	0.281	0.0789	0.0671	0.114
	Acidente				0.215
Declínio no controle cognitivo	Horas	0.251	0.0631	0.0510	0.0415
	Acidente				0.1985
Declínio no controle emocional	Horas	0.252	0.0636	0.0516	0.1467
	Acidente				0.078
Queixas psicológicas	Horas	0.362	0.131	0.120	0.241
	Acidente				0.228
Queixas Psicossomáticas	Horas	0.291	0.0848	0.0730	0.185
	Acidente				0.103
Burnout	Horas	0.361	0.130	0.119	0.149
	Acidente				0.166

Fonte: Elaborado pela autora (2024).

A Tabela 2 mostra os resultados da regressão linear múltipla entre as variáveis dependentes: exaustão, distanciamento mental, declínio no controle cognitivo, declínio no

controle emocional, queixas psicológicas e queixas psicossomáticas com as variáveis independentes: horas de trabalho por dia e acidente do trabalho. Nesse contexto, para a dimensão exaustão, o R^2 foi igual a 0,115, ou seja, a exaustão pode ser explicada 11,5% pelas horas de trabalho por dia e acidentes do trabalho que apresentam $\beta=0,240$ e $\beta=0,157$.

Para a dimensão distanciamento mental, o R^2 foi igual a 0,0789, isto é, o distanciamento mental pode ser explicado 7,89 % pelas horas de trabalho por dia e acidentes do trabalho que apresentam $\beta=0,114$ e $\beta=0,215$. O declínio no controle cognitivo apresenta R^2 igual a 0,0631, o que significa que essa dimensão pode ser explicada 6,31% pelas horas de trabalho por dia e acidentes do trabalho, que apresentam $\beta=0,0415$ e $\beta=0,1985$. O declínio no controle emocional apresenta R^2 igual a 0,0636, conclui-se, então, que 6,36% podem ser explicados pelas horas de trabalho por dia e acidentes do trabalho que apresentam $\beta=0,1467$ e $\beta=0,078$.

As queixas psicológicas apresentam o R^2 igual a 0,131, portanto, conclui-se que 13,1% podem ser explicadas pelas horas de trabalho por dia e acidentes do trabalho, os quais apresentam $\beta=0,241$ e $\beta=0,228$. Por fim, as queixas psicossomáticas apresentam o R^2 igual a 0,0848, o que significa que essa dimensão pode ser explicada 8,48% pelas horas de trabalho por dia e acidentes do trabalho, que apresentam $\beta=0,185$ e $\beta=0,103$.

Pode-se observar que horas e acidentes apresentam associações positivas com todas as dimensões, pois apresentam valores de beta (β) maior que zero. Além disso, há relação de predição entre horas de trabalho por dia e acidentes no trabalho e a SB. Analisando esse cenário, os resultados aqui engendrados corroboram a indicação da literatura quanto à relação entre horas de trabalho (Macía-Rodríguez *et al.*, 2023; Narang *et al.*, 2022; Gómez-Polo; Casado; Montero, 2022; Tàpia-Caballero *et al.*, 2022) e acidentes no trabalho (Chung; Wu, 2013; Fonseca *et al.*, 2018; Nguyen-Phuoc *et al.*, 2022; Nguyen-Phuoc *et al.*, 2023) e a SB.

Tàpia-Caballero *et al.* (2022), ao apresentarem um modelo preditivo de *Burnout* em motoristas profissionais, identificaram que dirigir longas horas aumenta o risco de acidentes e pode levar ao esgotamento. Nessa mesma direção, Zheng *et al.* (2019) identificaram elevados níveis de estresse em entregadores que tinham longas horas de trabalho (média 9,1 horas).

Freitas *et al.* (2021) também encontraram uma associação positiva entre jornadas de trabalho excessiva com a prevalência da SB em técnicos de enfermagem que atuaram em unidade de terapia intensiva (UTI) durante a pandemia da COVID-19. De acordo com os autores, longas jornadas de trabalho trazem desequilíbrio entre o esforço e a recompensa, os quais podem aumentar a exigência do trabalho e desencadear a SB. Macía-Rodríguez *et al.*

(2023) acrescentaram que altas cargas de trabalho associadas à falta de reconhecimento, como horas extras não remuneradas, aumentam os riscos da síndrome.

No que tange a acidentes no trabalho, Montoro *et al.* (2022), em sua pesquisa com 1.013 motoristas profissionais da Espanha, argumentam que esses profissionais apresentaram um alto desequilíbrio esforço/recompensa combinado com a COVID-19, o que conseqüentemente desencadeia doenças relacionadas ao estresse. Krier *et al.* (2022) atribuíram os acidentes no trânsito dos trabalhadores da *Gig Economy* ao sistema de pagamento por viagem, pois estimula os entregadores a maximizarem o número de entregas e aceitarem cargas horárias altas, acarretando cansaço, que, por outro lado, estimula o comportamento de risco nas ruas. Useche *et al.* (2018) atribuíram a tensão profissional excessiva como outro fator para acidentes no trânsito de motoristas profissionais. Christie e Ward (2019) identificaram, em seu estudo, que mais da metade dos entregadores ciclistas ultrapassavam o sinal vermelho em decorrência da pressão do tempo.

De acordo com Nguyen-Phuoc *et al.* (2022), em média, um entregador é mortalmente ferido a cada 2,5 dias em decorrência de acidentes na estrada. Para Christie e Ward (2023), o trabalho temporário pode ser considerado uma ameaça à segurança e à saúde dos trabalhadores, pois não existe uma gestão de riscos ocupacionais para eles.

No presente estudo, não foi possível identificar diferenças estatisticamente significativas entre a SB e as demais variáveis socioprofissionais (idade, falta de treinamento do entregador, falta de local para descanso), o que corrobora o apontado na literatura pelas pesquisas de Au, Elizondo e Roth (2017), Costa, Borsa e Damásio (2020), Macía-Rodríguez *et al.* (2023), North *et al.* (2018) e Pelaez-Fernandez *et al.* (2022). De acordo com Carlotto e Palazzo (2006), essa relação não é significativa, uma vez que a SB decorre do ambiente social no qual o trabalhador está inserido e não de um problema do indivíduo.

Em síntese, os resultados desta pesquisa ratificam parcialmente a hipótese que sugeria uma relação entre a Síndrome de *Burnout* e fatores socioprofissionais. Isso porque, dentre as variáveis analisadas, as horas de trabalho diárias e a incidência de acidentes de trabalho emergiram como fatores significativamente associados à Síndrome de *Burnout*. Este discernimento enfatiza a complexidade do fenômeno e ressalta a necessidade de uma abordagem multifacetada na compreensão dos determinantes da SB, reconhecendo que fatores específicos, como a duração da jornada de trabalho diária e a ocorrência de acidentes, desempenham papéis mais preponderantes no contexto dessa síndrome.

A exposição contínua a situações perigosas e estressantes, muitas vezes decorrentes de jornadas extenuantes, contribui significativamente para o aumento da vulnerabilidade dos trabalhadores ao desenvolvimento da síndrome. Portanto, os resultados desta pesquisa enfatizam a importância da implementação de medidas preventivas e intervenções eficazes no ambiente de trabalho, ou mesmo, a regularização desta modalidade de trabalho, não regida pelas leis trabalhistas, o que favorece a extensão das jornadas de trabalho, bem como a exposição a riscos e acidentes de trabalho. A gestão adequada das horas laborais, a promoção de ambientes saudáveis e a conscientização sobre a importância do equilíbrio entre trabalho e vida pessoal emergem como estratégias cruciais na prevenção da Síndrome de *Burnout*.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo teve como objetivo investigar as variáveis socioprofissionais associadas ao risco de desenvolvimento da SB entre entregadores ciclistas que trabalham nas plataformas. Entre os principais achados, identificou-se que as variáveis horas de trabalho por dia e acidentes no trabalho são preditoras para as quatro dimensões da SB (Exaustão, Distanciamento mental, Declínio no controle cognitivo e Declínio no controle emocional) e os sintomas secundários (Queixas psicológicas e Queixas psicossomáticas).

Os resultados aqui apresentados apresentam contribuições teóricas e gerenciais. No que tange às contribuições teóricas, este trabalho apresentou evidências empíricas sobre a relação entre horas de trabalho por dia e acidentes no trabalho para a SB. Assim, contribui com o desenvolvimento de estudos sobre a SB em entregadores ciclistas de aplicativo, já que colabora para reduzir a lacuna identificada na literatura.

Sobre as implicações gerenciais, o estudo pode ser utilizado pelos gestores de gestão de pessoas de empresas da *Gig Economy* para compreender o enfrentamento de questões que envolvem a saúde mental dos trabalhadores, uma vez que é o componente mais importante e fundamental para a longevidade das organizações. Para amenizar os impactos das horas de trabalho diária e acidentes de trabalho, as empresas podem: avaliar a pertinência das penalidades por atrasos nas entregas, considerando a possível substituição por abordagens mais motivacionais e de resolução de problemas; estabelecer políticas que fomentem a comunicação transparente em casos de possíveis dificuldades operacionais; desenvolver e promover programas de apoio psicossocial para trabalhadores, incluindo sessões de treinamento em habilidades de gerenciamento de estresse e acesso a recursos de aconselhamento.

Essas soluções gerenciais visam melhorar tanto a eficiência operacional quanto o bem-estar dos trabalhadores, alinhando-se ao modelo JD-R e proporcionando um ambiente de trabalho mais saudável e produtivo.

Ao observar o arranjo de trabalho na *Gig Economy*, percebe-se uma semelhança com o modelo vigente na Revolução Industrial. Enquanto no século XVIII, a dominação do trabalhador era pelos meios de produção como máquinas e fábricas, atualmente isso é feito por meio dos algoritmos. Ademais, os trabalhadores da Revolução Industrial não tinham salários nem acesso a nenhum direito trabalhista, tal qual como ocorre hoje com os trabalhadores da *Gig Economy*. Entretanto, o discurso atual de dominação é de que o trabalhador é dono do seu próprio negócio e é reconhecido pelas plataformas como “sócio” ou “parceiro”.

As limitações da pesquisa tornaram-se evidentes durante a fase de aplicação presencial do questionário, especialmente nos pontos de entrega de comida localizados no centro de Belém. A composição constante dos mesmos entregadores nesses pontos criou desafios significativos para a coleta de dados com novos participantes. Essa limitação ressalta a necessidade de considerar abordagens alternativas, como a incorporação de métodos mistos ou a busca ativa por participantes em locais mais diversos.

No tocante a futuros estudos, sugere-se que os estudos sobre a síndrome de *Burnout* sejam ampliados para distintas categorias profissionais da *Gig Economy*, abrangendo motoristas e moto entregadores de aplicativo da cidade de Belém do Pará. Esse contexto emerge como uma área de estudo essencial para compreender os desafios únicos enfrentados por esses trabalhadores. Explorar os fatores específicos que contribuem para o surgimento do *Burnout* nessas ocupações, como as demandas operacionais, as condições de tráfego e os aspectos relacionados à segurança, é crucial para desenvolver estratégias de mitigação eficazes. A contextualização geográfica e socioeconômica específica de Belém do Pará será fundamental para uma análise precisa, considerando os contextos locais que influenciam o trabalho na *Gig Economy*.

Embora o estudo tenha apresentado limitações, o principal objetivo desta pesquisa foi alcançado, pois foi analisada a relação entre as variáveis socioprofissionais e a SB, utilizando o método de regressão linear múltipla. Portanto, os resultados aqui apresentados podem auxiliar para o desenvolvimento do conhecimento teórico-empírico sobre *Burnout* em entregadores ciclistas de aplicativo.

REFERÊNCIAS

- ABDELHAFIZ, Ahmed Samir et al. Prevalence, associated factors, and consequences of burnout among Egyptian physicians during COVID-19 pandemic. **Frontiers in public health**, v. 8, p. 590190, 2020.
- ABÍLIO, Ludmila Costhek; AMORIM, Henrique; GROHMANN, Rafael. Uberização e plataformização do trabalho no Brasil: conceitos, processos e formas. **Sociologias**, v. 23, p. 26-56, 2021.
- AKODU, A. K.; ASHALEJO, Z. O. Work-related musculoskeletal disorders and work ability among hospital nurses. **Journal of Taibah University Medical Sciences**, v. 14, n. 3, p. 252-261, 2019.
- ALMEIDA, Sersie Lessa Antunes Costa *et al.* Síndrome de Burnout em profissionais da saúde da linha de frente do COVID-19. **Brazilian Journal of Development**, v. 7, n. 7, p. 66360-66371, 2021.
- ALONSO, Francisco *et al.* Job stress and emotional exhaustion at work in Spanish workers: Does unhealthy work affect the decision to drive? **PLoS one**, v. 15, n. 1, p. e0227328, 2020.
- ALVES, Isabela Maciel Portela *et al.* Engajamento no trabalho na administração pública: uma pesquisa no poder judiciário no estado do Pará, Brasil. **Revista de Administração, Contabilidade e Economia da Fundace**, v. 11, n. 1, 2020.
- ANDRÉ, Robson Gomes; SILVA, Rosana Oliveira da; NASCIMENTO, Rejane Prevot. “Precário não é, mas eu acho que é escravo”: Análise do Trabalho dos Motoristas da Uber sob o Enfoque da Precarização. **Revista Eletrônica de Ciência Administrativa**, v. 18, n. 1, p. 7-34, 2019.
- ANTUNES, Ricardo; PRAUN, Luci. A sociedade dos adoecimentos no trabalho. **Serviço Social & Sociedade**, p. 407-427, 2015.
- AQUINO, João Victor Maciel de Almeida; PILATE, Fabiano Diniz de Queiroz; FÉLIX, Ynes da Silva. Uberização do trabalho e os riscos à saúde dos entregadores por aplicativo frente à Pandemia da Covid-19. **Revista Direitos, Trabalho e Política Social**, v. 6, n. 11, p. 46-69, 2020.
- AU, J.; ELIZONDO, R. A.; ROTH, D. R. Surgeon burnout among American pediatric urologists. **Urology practice**, v. 4, n. 3, p. 264-268, 2017.
- BAKKER, A. B. *et al.* Patient demands, lack of reciprocity, and burnout: A five-year longitudinal study among general practitioners. **Journal of organizational behavior**, v. 21, n. 4, p. 425-441, 2000.
- BAKKER, A. B.; COSTA, P. L. Chronic job burnout and daily functioning: A theoretical analysis. **Burnout research**, v. 1, n. 3, p. 112-119, 2014.

BAKKER, A. B.; VRIES, J. D. Job Demands–Resources theory and self-regulation: New explanations and remedies for job burnout. **Anxiety, Stress, & Coping**, v. 34, n. 1, p. 1-21, 2021.

BAKKER, A. B.; DEMEROUTI, E. Job demands–resources theory: Taking stock and looking forward. **Journal of occupational health psychology**, v. 22, n. 3, p. 273, 2017.

BAKKER, A. B.; WANG, Y. Self-undermining behavior at work: Evidence of construct and predictive validity. **International Journal of Stress Management**, v. 27, n. 3, p. 241, 2020.

BAKKER, A. B.; XANTHOPOULOU, D.; DEMEROUTI, E. How does chronic burnout affect dealing with weekly job demands? A test of central propositions in JD-R and COR-theories. **Applied Psychology**, v. 72, n. 1, p. 389-410, 2023.

BELANCHE, Daniel *et al.* The role of customers in the gig economy: how perceptions of working conditions and service quality influence the use and recommendation of food delivery services. **Service Business**, v. 15, p. 45-75, 2021.

BERALDIN, Andrea Roberto; DANESE, Pamela; ROMANO, Pietro. An investigation of the relationship between lean and well-being based on the job demands-resources model. **International Journal of Operations & Production Management**, v. 39, n. 12, p. 1295-1322, 2019.

BERTOLDI, Rafaela *et al.* Fatores preditores dos sinais e sintomas do Burnout em atletas brasileiros profissionais de futsal. **Revista Brasileira de Psicologia Do Esporte**, v. 9, n. 2, 2019.

BOECHAT, Maria Áurea Maciel; FERREIRA, Maria Cristina. Preditores individuais e organizacionais do burnout em servidores públicos federais. **Psicologia, Saúde e Doenças**, v. 15, n. 3, 2014.

BONFANTE, J. G.; OLIVEIRA, L. M.; NARDI, A. O Impacto da Qualidade de Vida no Trabalho sobre a Produtividade. **Rev. Científica Eletrônica UNISEB, Ribeirão Preto**, v. 6, n. 6, p. 114-129, 2015.

BRAECKMAN, Lutgart *et al.* Prevalence and correlates of poor sleep quality and daytime sleepiness in Belgian truck drivers. **Chronobiology international**, v. 28, n. 2, p. 126-134, 2011.

BRASIL. **Decreto-Lei nº 5.452, de 1º de maio de 1943**. Aprova a Consolidação das Leis do Trabalho. Diário Oficial da União, 1943.

BRASIL. **Decreto-lei Nº 10.282/2020 de 6 de fevereiro de 2020**. Para definir os serviços públicos e as atividades essenciais. Disponível em:
http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2019-2022/2020/decreto/D10282.htm.

BRASIL; MINISTÉRIO DA SAÚDE; CONSELHO NACIONAL DE SAÚDE. Resolução nº 466, de 12 de dezembro de 2012. **Diário Oficial da União**, v. 12, p. 59-59, 2013.

BRIJOVÁ, Eva *et al.* Classification of Determinants of Burnout Syndrome in Terms of Personality Traits of Public Administration Managers. **Social Sciences**, v. 11, n. 9, p. 413, 2022.

CAÑADAS-DE LA FUENTE, Guillermo A. *et al.* Risk factors and prevalence of burnout syndrome in the nursing profession. **International journal of nursing studies**, v. 52, n. 1, p. 240-249, 2015.

CANO, Melissa Renau; ESPELT, Ricard; MORELL, Mayo Fuster. Flexibility and freedom for whom? Precarity, freedom and flexibility in on-demand food delivery. **Work Organisation, Labour & Globalisation**, 2021.

CARDOSO, Ana Claudia; MORGADO, Luciana. Work and worker's health in the current context: what the European Working Conditions Survey teaches us. **Saúde e Sociedade**, v. 28, p. 169-181, 2019.

CARLOTTO, Mary Sandra; PALAZZO, Lílian dos Santos. Síndrome de burnout e fatores associados: um estudo epidemiológico com professores. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 22, p. 1017-1026, 2006.

CHEN, Ching-Fu. Investigating the Effects of Job Stress on the Distraction and Risky Driving Behaviors of Food Delivery Motorcycle Riders. **Safety and Health at Work**, 2023.

CHRISTIE, Nicola; WARD, Heather. Delivering hot food on motorcycles: A mixed method study of the impact of business model on rider behaviour and safety. **Safety science**, v. 158, p. 105991, 2023.

CHRISTIE, Nicola; WARD, Heather. The health and safety risks for people who drive for work in the gig economy. **Journal of Transport & Health**, v. 13, p. 115-127, 2019.

CHUNG, Yi-Shih; WU, Hui-Ling. Stress, strain, and health outcomes of occupational drivers: an application of the effort reward imbalance model on Taiwanese public transport drivers. **Transportation research part F: traffic psychology and behaviour**, v. 19, p. 97-107, 2013.

CLAPONEA, Roxana Mihaela *et al.* Symptoms of burnout syndrome among physicians during the outbreak of COVID-19 pandemic - a systematic literature review. *In: Healthcare*. MDPI, 2022. p. 979.

COHEN, J. A Power Primer *Psychological Bulletin*, 112. **T55–159** <https://doi.org/70>, v. 1037, p. 0033-2909, 1992.

COSTA, José Augusto *et al.* Burnout Syndrome: an analysis of the mental health of medical residents in a teaching hospital. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 46, p. e009, 2022.

COSTA, Vitor Hugo Loureiro Bruno; BORSA, Juliane Callegaro; DAMÁSIO, Bruno Figueiredo. Relações entre burnout, traços de personalidade e variáveis sociodemográficas em trabalhadores Brasileiros. **Psico-USF**, v. 25, p. 439-450, 2020.

COUTINHO, Raianne Liberal. Uberização das relações de trabalho: uma abordagem transnacional a partir da interrelação entre Direito Público e Privado. **Revista Eletrônica do CEJUR**, v. 2, n. 5, 2021.

CRAWFORD, E. R.; LEPINE, J. A.; RICH, B. L. Linking job demands and resources to employee engagement and burnout: a theoretical extension and meta-analytic test. **Journal of applied psychology**, v. 95, n. 5, p. 834, 2010.

CRESWELL, J. W.; CRESWELL, J. D. **Projeto de pesquisa: Métodos qualitativo, quantitativo e misto**. Penso Editora, 2021.

CURCHOD, Corentin *et al.* Working for an algorithm: Power asymmetries and agency in online work settings. **Administrative Science Quarterly**, v. 65, n. 3, p. 644-676, 2020.

DEMEROUTI, Evangelia *et al.* The job demands-resources model of burnout. **Journal of Applied psychology**, v. 86, n. 3, p. 499, 2001.

DIMITRIU, M. C. T. *et al.* Burnout syndrome in Romanian medical residents in time of the COVID-19 pandemic. **Medical hypotheses**, v. 144, p. 109972, 2020.

DOORN, Niels van. At what price? Labour politics and calculative power struggles in on-demand food delivery. **Work Organisation, Labour & Globalisation**, v. 14, n. 1, p. 136-149, 2020.

FARIA, Sara *et al.* **Saúde mental dos enfermeiros: contributos do *Burnout* e engajamento no trabalho**. 2019.

FIELD, Andy. **Descobrimo a estatística usando o SPSS**. 2nd. Porto Alegre: Artmed, v. 688, 2009.

FLANAGAN, Frances. Theorising the gig economy and home-based service work. **Journal of Industrial Relations**, v. 61, n. 1, p. 57-78, 2019.

FLEMING, Peter. The human capital hoax: Work, debt and insecurity in the era of Uberization. **Organization Studies**, v. 38, n. 5, p. 691-709, 2017.

FONSECA, Sérgio *et al.* Risco de burnout e trauma em profissionais da ferrovia com e sem experiência em acidentes. **Territorium**, n. 25, p. 113-127, 2018.

FREITAS, Ronilson Ferreira *et al.* Preditores da síndrome de Burnout em técnicos de enfermagem de unidade de terapia intensiva durante a pandemia da COVID-19. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 70, p. 12-20, 2021.

FREUDENBERGER, H. J. Burn-out: Occupational hazard of the child care worker. **Child care quarterly**, 1977.

FREUDENBERGER, H. J. Staff burn-out. **Journal of social issues**, v. 30, n. 1, p. 159-165, 1974.

FREUDENBERGER, H. J. The staff burn-out syndrome in alternative institutions. **Psychotherapy: Theory, Research & Practice**, v. 12, n. 1, p. 73, 1975.

GARBARINO, Sergio *et al.* Association of work-related stress with mental health problems in a special police force unit. **BMJ open**, v. 3, n. 7, 2013.

GOEBEL, Daniele Krue; CARLOTTO, Mary Sandra. Socio-demographic, Labor and Psychosocial Burnout Syndrome Predictors in Distance Education Teachers. **Avances en Psicología Latinoamericana**, v. 37, n. 2, p. 295-311, 2019.

GÓMEZ-POLO, C.; CASADO, A. M. M.; MONTERO, J. Síndrome de Burnout em dentistas: fatores relacionados ao trabalho. **Revista de Odontologia**, v. 121, pág. 104143, 2022.

GÓMEZ-POLO, Cristina *et al.* Manejo do comportamento e da ansiedade de pacientes odontopediátricos por meio de realidade virtual: um ensaio clínico randomizado. **Revista de medicina clínica**, v. 14, pág. 3019, 2021.

GUPTA, Rajesh; GUPTA, Rajneesh. Lost in the Perilous Boulevards of Gig Economy: Making of Human Drones. **South Asian Journal of Human Resources Management**, v. 10, n. 1, p. 85-106, 2023.

HAAR, Jarrod. Burnt to a crisp? Understanding drivers of burnout amongst New Zealand workers. *In: Evidence-based HRM: a Global Forum for Empirical Scholarship*. Emerald Publishing Limited, p. 174-188, 2022.

HAIR, J. F. *et al.* **Análise multivariada de dados**. Bookman Editora, 2009.

HAMARI, Juho; SJÖKLINT, Mimmi; UKKONEN, Antti. The sharing economy: Why people participate in collaborative consumption. **Journal of the association for information science and technology**, v. 67, n. 9, p. 2047-2059, 2016.

HELLIN, E. *et al.* Assessing the Risk of Burnout in Three Belgian Hospitals. **Int J Nurs Health Care Res**, v. 5, p. 1344, 2022.

HUANG, Hui. Riders on the storm: Amplified platform precarity and the impact of COVID-19 on online food-delivery drivers in China. **Journal of Contemporary China**, v. 31, n. 135, p. 351-365, 2022.

HUR, Gulsah; CINAR, Nursan; SUZAN, Ozge Karakaya. Impact of COVID-19 pandemic on nurses' burnout and related factors: A rapid systematic review. **Archives of Psychiatric Nursing**, 2022.

INTERNATIONAL LABOUR ORGANIZATION. Statistics on work relationships, 20th International Conference of Labour Statisticians (Geneva, 10–19 October 2018).

International Labour Office, Department of Statistics, Geneva, ILO, 2018.

JOFRE, Pia Contreras *et al.* Violencia en el trabajo hacia los profesionales de enfermería en los servicios de emergencias: revisión integrativa. **Revista Panamericana de Salud Pública**, v. 44, 2020.

KAPLAN, Sigal; WRZESINSKA, Dagmara K.; PRATO, Carlo G. Psychosocial benefits and positive mood related to habitual bicycle use. **Transportation research part F: traffic psychology and behaviour**, v. 64, p. 342-352, 2019.

KATRODIA, Ankit. Job stress and insecurity among the employees in food delivery services. **WSEAS Trans Environ Dev**, v. 16, p. 718-24, 2020.

KEITH, M. G.; HARMS, P. D.; LONG, A. C. Worker health and well-being in the gig economy: A proposed framework and research agenda. **Entrepreneurial and small business stressors, experienced stress, and well-being**, v. 18, p. 1-33, 2020.

KLAMUT, O.; OLIVERA-FIGUEROA, L. A.; WEISSENBERGER, S. A Balanced Time Perspective and Burnout Syndrome in the Corporate World. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 19, n. 21, p. 14466, 2022.

KRIER, Camille *et al.* Sharing within the gig economy: The use of shared e-bikes by on-demand platform-based instant meal delivery workers in Paris. **Case Studies on Transport Policy**, v. 10, n. 4, p. 2280-2289, 2022.

KÜÇÜKALI, Hüseyin *et al.* Comparison of the burnout among medical residents before and during the pandemic. **Journal of Psychosomatic Research**, v. 165, p. 111118, 2023.

KUZMIN, Mikhail Yu *et al.* Subjective Assessment of Stress and its Relationship with Neuroendocrine Mechanisms of its Development in Obstetricians-Gynecologists against the Background of Professional Burnout. **International Journal of Biomedicine**, [s. l.], v. 11, n. 4, p. 551–557, 2021.

LANG, Jiao Jiao *et al.* Are algorithmically controlled gig workers deeply burned out? An empirical study on employee work engagement. **BMC psychology**, v. 11, n. 1, p. 354, 2023.

LEITE, André Baptista; DE PAULA, Alessandro Vinicius. Análise do nexo causal entre atividade desenvolvida e doença ocupacional/afastamentos médicos de servidores docentes de uma universidade federal do centro-oeste brasileiro. **Revista Gestão Universitária na América Latina-GUAL**, p. 163-186, 2022.

LOUZADO-FELICIANO, Paola *et al.* Characterizing the health and safety concerns of US rideshare drivers: a qualitative pilot study. **Workplace health & safety**, v. 70, n. 7, p. 310-318, 2022.

- LOW, Zhi Xuan *et al.* Prevalence of burnout in medical and surgical residents: a meta-analysis. **International journal of environmental research and public health**, v. 16, n. 9, p. 1479, 2019.
- MACÍA-RODRÍGUEZ, C. *et al.* Burnout syndrome increase during COVID-19 pandemic in attending Internal Medicine physicians. **Revista Clínica Española (English Edition)**, v. 223, n. 5, p. 316-319, 2023.
- MAGALHÃES, Tatiana Almeida de *et al.* Prevalência e fatores associados à síndrome de burnout entre docentes da rede pública de ensino: estudo de base populacional. **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**, v. 46, p. e11, 2021.
- MARRINHAS, Daniel *et al.* Burnout and Technostress during the COVID-19 pandemic: the perception of higher education teachers and researchers. In: **Frontiers in Education**. Frontiers, 2023. p. 1144220.
- MASLACH, Christina. Burned-Out. **Human Behavior**, v. 5, p. 16-22, 1976.
- MASLACH, C.; JACKSON, S. E. The measurement of experienced burnout. **Journal of organizational behavior**, v. 2, n. 2, p. 99-113, 1981.
- MASLACH, C.; LEITER, M. P. Understanding the burnout experience: recent research and its implications for psychiatry. **World psychiatry**, v. 15, n. 2, p. 103-111, 2016.
- MATSUISHI, Yujiro *et al.* Severity and prevalence of burnout syndrome in paediatric intensive care nurses: A systematic review. **Intensive and Critical Care Nursing**, v. 67, p. 103082, 2021.
- MIN, Xu; BANSAL, Prateek. The gender productivity gap in the ride-hailing market. **Travel Behaviour and Society**, v. 32, p. 100569, 2023.
- MONTORO, Luis *et al.* Essential... but also vulnerable? Work intensification, effort/reward imbalance, fatigue and psychological health of Spanish cargo drivers during the COVID-19 pandemic. **PeerJ**, v. 10, p. e13050, 2022.
- MOREIRA, Davi de Souza *et al.* Prevalência da síndrome de burnout em trabalhadores de enfermagem de um hospital de grande porte da Região Sul do Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 25, n. 7, p. 1559-1568, 2009.
- MULDOON, James; RAEKSTAD, Paul. Algorithmic domination in the gig economy. **European Journal of Political Theory**, v. 22, n. 4, p. 587-607, 2023.
- NARANG, Gopal *et al.* Personality traits and burnout: a survey of practicing US urologists. **Urology**, v. 167, p. 43-48, 2022.
- NEUMANN, Gabriela Cristine; CARLOTTO, Mary Sandra. Fatores Associados à Síndrome de Burnout em Motoristas de Transporte Coletivo de Passageiros. **Revista Psicologia Organizações e Trabalho**, v. 20, n. 3, p. 1089-1096, 2020.

NGUYEN-PHUOC, Duy Quy *et al.* Deadly meals: The influence of personal and job factors on burnout and risky riding behaviours of food delivery motorcyclists. **Safety science**, v. 159, p. 106007, 2023.

NGUYEN-PHUOC, Duy Quy *et al.* Factors influencing road safety compliance among food delivery riders: An extension of the job demands-resources (JD-R) model. **Transportation research part A: policy and practice**, v. 166, p. 541-556, 2022.

NIEUWENHUIJSEN, Karen; BRUINVELS, David; FRINGS-DRESEN, Monique. Psychosocial work environment and stress-related disorders, a systematic review. **Occupational medicine**, v. 60, n. 4, p. 277-286, 2010.

NORTH, A. C. *et al.* Burnout in urology: findings from the 2016 AUA annual census. **Urology practice**, v. 5, n. 6, p. 489-494, 2018.

OLIVEIRA, Flora. A atividade legislativa sobre Gig Economy e sua importância para o mundo do Trabalho pós pandemia. **Revista Espaço Acadêmico**, v. 20, p. 13-20, 2021.

OLIVEIRA, Pamela Tamara Gomes de; JUNGES, José Roque. Plataformas digitais de entrega de alimentação: condições de trabalho e riscos para a saúde. **Saúde e Sociedade**, v. 32, p. e220642pt, 2023.

OPREA, Bogdan; ILIESCU, Dragoş; DE WITTE, Hans. Romanian short version of the Burnout Assessment Tool: Psychometric properties. **Evaluation & the Health Professions**, v. 44, n. 4, p. 406-415, 2021.

OVIEDO-TRESPALACIOS, Oscar; RUBIE, Elisabeth; HAWORTH, Narelle. Risky business: Comparing the riding behaviours of food delivery and private bicycle riders. **Accident Analysis & Prevention**, v. 177, p. 106820, 2022.

PACCIOLLA, Aureliano; SANAGIOTTO, Vagner. Exaustos, porém, realizados! Análise descritiva da Síndrome de Burnout entre os padres e religiosos brasileiros. **Revista eclesialística brasileira**, v. 82, n. 321, p. 193-207, 2022.

PATLÁN PÉREZ, Juana. Effect of burnout and work overload on the quality of work life. **Estudios Gerenciales**, v. 29, n. 129, p. 445-455, 2013.

PELÁEZ-FERNÁNDEZ, María Angeles *et al.* Burnout, work engagement and life satisfaction among Spanish teachers: The unique contribution of core self-evaluations. **Personality and Individual Differences**, v. 196, p. 111727, 2022.

PEREIRA, Ana Carolina Lemos *et al.* Fatores de riscos psicossociais no trabalho: limitações para uma abordagem integral da saúde mental relacionada ao trabalho. **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**, v. 45, p. e18, 2020.

PEREIRA, Dina; LEITÃO, João; RAMOS, Ludovina. Burnout and quality of work life among municipal workers: do motivating and economic factors play a mediating role?

International Journal of Environmental Research and Public Health, v. 19, n. 20, p. 13035, 2022.

PEREIRA, Henrique; GONÇALVES, Vivianne Oliveira; ASSIS, Renata Machado de. Burnout, organizational self-efficacy and self-esteem among Brazilian teachers during the COVID-19 pandemic. **European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education**, v. 11, n. 3, p. 795-803, 2021.

PLÖGER, Jörg; KEUNEKE, Florin. Arbeit per App-neue Abhängigkeiten in der Gig Economy. **Standort**, v. 45, p. 24-30, 2021.

POPAN, Cosmin. Embodied precariat and digital control in the “gig economy”: the mobile labor of food delivery workers. **Journal of Urban Technology**, p. 1-20, 2021.

PORTIER, Guillaume; MATHONNET, M. The workplace quality of life of university hospital digestive surgeons: Results of a 2019 nationwide survey. **Journal of Visceral Surgery**, v. 159, n. 3, p. 201-205, 2022.

QIU, Jack Linchuan. Humanizing the posthuman: Digital labour, food delivery, and openings for the new human during the pandemic. **International Journal of Cultural Studies**, v. 25, n. 3-4, p. 445-461, 2022.

REDELINGHUYS, Kleinjan; MORGAN, Brandon. Psychometric properties of the Burnout Assessment Tool across four countries. **BMC Public Health**, v. 23, n. 1, p. 824, 2023.

SALAS, Roxana De las *et al.* Síndrome de burnout en el personal de enfermería en hospitales del departamento del Atlántico. **Revista de Salud Pública**, v. 23, n. 6, p. 1, 2021.

SCHAUFELI, Wilmar; WITTE, Hans de; DESART, Steffie. **Manual Burnout Assessment Tool (BAT)** – Version 2.0. KULeuven, Belgium: Unpublished internal report, 2019.

SCHNEIDER-MATYKA, Daria *et al.* Assessment of The Effect of Stress, Sociodemographic Variables and Work-Related Factors on Rationing of Nursing Care. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 20, n. 3, p. 2414, 2023.

SEMEIJN, Judith *et al.* Burning rubber or burning out? The influence of role stressors on burnout among truck drivers. **Logistics**, v. 3, n. 1, p. 6, 2019.

SIEGALL, Marc; MCDONALD, Tracy. Person-organization value congruence, burnout and diversion of resources. **Personnel Review**, v. 33, n. 3, p. 291-301, 2004.

SILVA, Nilza Nunes da. **Amostragem Probabilística: Um Curso Introdutório Vol. 18**. Edusp, 1998.

SILVA, Roberto da; BERVIAN, Pedro Alcino; CERVO, Amado Luiz. **Metodologia científica**. São Paulo: Atlas, 2007.

SILVA, Salvyana Carla Palmeira Sarmiento *et al.* Burnout syndrome in professionals of the primary healthcare network in Aracaju, Brazil. **Ciencia & saúde coletiva**, v. 20, p. 3011-3020, 2015.

SILVA-JUNIOR, João Silvestre *et al.* Atualização 2020 da Lista de Doenças Relacionadas ao Trabalho no Brasil. **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**, v. 47, 2022.

SOUZA, Igor Siqueira de *et al.* Síndrome de *Burnout*: o impacto na gestão de pessoas e formas de prevenção. **REVISTA FOCO**, v. 16, n. 1, p. e663-e663, 2023.

SORS, Fabrizio *et al.* Former road cyclists still involved in cycling report lower burnout levels than those who abandoned this sport. **Frontiers in psychology**, v. 11, p. 400, 2020.

SRNICEK, Nick. **Platform capitalism**. John Wiley & Sons, 2017.

STEFANO, Valerio de. The rise of the just-in-time workforce: On-demand work, crowdwork, and labor protection in the gig-economy. **Comp. Lab. L. & Pol'y J.**, v. 37, p. 471, 2015.

SZNELWAR, Laerte. **Inovação para desenvolvimento de organizações sustentáveis: trabalho, fatores psicossociais e ambiente saudável**. Campinas, SP: Centro de Tecnologia da Informação Renato Archer - CTI. 2013.

TAKEUTI, Erika Tamy Almeida; SALIBA, Tânia Adas. Levantamento de medidas de prevenção a doenças ocupacionais. **ARCHIVES OF HEALTH INVESTIGATION**, v. 9, n. 1, 2020.

TÀPIA-CABALLERO, Patricia *et al.* Variables that predict burnout in professional drivers. **International journal of occupational safety and ergonomics**, v. 28, n. 3, p. 1756-1765, 2022.

TOSCANO, Ferdinando; TOMMASI, Francesco; GIUSINO, Davide. Burnout in Intensive Care Nurses during the COVID-19 pandemic: a scoping review on its prevalence and risk and protective factors. **International journal of environmental research and public health**, v. 19, n. 19, p. 12914, 2022.

USECHE, S. A. *et al.* Work stress and health problems of professional drivers: a hazardous formula for their safety outcomes. **PeerJ**, v. 6, p. e6249, 2018.

VACLAVIK, Marcia Cristiane; OLTRAMARI, Andrea Poletto; OLIVEIRA, Sidinei Rocha de. Empresariando a informalidade: um debate teórico à luz da *gig economy*. **Cadernos EBAPE. BR**, v. 20, p. 247-258, 2022.

VAZQUEZ, Ana Claudia *et al.* Trabalho e bem-estar: evidências da relação entre *burnout* e satisfação de vida. **Avaliação Psicológica: Interamerican Journal of Psychological Assessment**, v. 18, n. 4, p. 372-381, 2019.

VECCHIO, Giovanni *et al.* Delivery workers and the interplay of digital and mobility (in) justice. **Digital Geography and Society**, v. 3, p. 100036, 2022.

WONG, Adrian *et al.* Staff wellbeing in times of COVID-19. **Journal of the Intensive Care Society**, v. 22, n. 4, p. 328-334, 2021.

WOODCOCK, Jamie; GRAHAM, Mark. **The gig economy**. A critical introduction. Cambridge: Polity, 2019.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. ICD-11: International Classification of Diseases (11th Revision). Available online: <https://icd.who.int/>

ZHANG, C.; CHEUNG, S. P.; HUANG, C. Job Demands and Resources, Mindfulness, and Burnout Among Delivery Drivers in China. **Frontiers in psychology**, v. 13, p. 792254, 2022.

ZHENG, Yubing *et al.* Crash involvement and risky riding behaviors among delivery riders in China: the role of working conditions. **Transportation research record**, v. 2673, n. 4, p. 1011-1022, 2019.

ZWICK, Austin. Welcome to the Gig Economy: neoliberal industrial relations and the case of Uber. **GeoJournal**, v. 83, p. 679-691, 2018.

APÊNDICE A – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (TCLE)

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (TCLE)

Eu _____, portador do RG nº _____, declaro, por meio deste termo, que concordei em participar da pesquisa intitulada “Prevalência da Síndrome de *Burnout* entre entregadores ciclistas de aplicativo”, que está sendo desenvolvida por Ayara Leticia Bentes da Silva, bolsista CAPES, mestranda no programa de pós-graduação em Administração na Universidade Federal do Pará, orientada pela Prof.^a Dr.^a Camila Carvalho Ramos.

Estando ciente que:

- 1- Minha participação será por vontade própria sem receber qualquer incentivo financeiro ou ter qualquer ônus, com a finalidade exclusiva de colaborar para o sucesso da pesquisa;
- 2 – Minha participação na pesquisa ocorreu após aprovação pelo CEP avaliador e é responsabilidade da pesquisadora;
- 3 - Esta pesquisa tem por objetivo investigar a relação entre as variáveis sociodemográficas com a prevalência da Síndrome de *Burnout* entre entregadores ciclistas de aplicativo em Belém/PA;
- 4- O questionário é composto de 2 seções, a primeira seção é por dados sociodemográficos e a segunda seção é composta pelo *Maslach Burnout Inventory General Survey* (MBI-GS);
- 5 -Minha colaboração se fará de forma anônima, sem qualquer divulgação dos meus dados em nenhum momento da pesquisa;
- 6- Durante a realização da pesquisa tem o risco que minha rotina de trabalho pode ser seja temporariamente interrompida, em decorrência de responder o questionário;
- 7 - Esta pesquisa não envolverá qualquer tipo de risco a saúde ou segurança do participante, será suspensa no momento em que seja percebido qualquer risco;
- 8 - O acesso aos dados se dará apenas pela pesquisadora e sua orientadora;
- 9 - Poderei a qualquer momento desistir de participar da pesquisa, sem a necessidade de prestar justificativa;
- 10 -Poderei responder apenas às questões que sentir vontade;
- 11 - Terei a liberdade para entrar em contato com as pesquisadoras do estudo a qualquer momento para tirar dúvidas sobre a pesquisa, a partir dos contatos disponíveis neste formulário;
- 12- Esta pesquisa não envolverá qualquer tipo de risco a saúde ou segurança do participante, será suspensa no momento em que seja percebido qualquer risco;12 -Estou ciente que o benefício de participar da pesquisa será a contribuição de fornecer dados que ajudarão a traçar as condições de trabalho e da saúde laboral do entregador ciclista;
- 13- Atesto recebimento de uma cópia assinada deste Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

O início das atividades com o participante da pesquisa deve começar após a aprovação pelo CEP avaliador e é responsabilidade da pesquisadora.

Se houver qualquer dúvida sobre a pesquisa você poderá manter contato com a Pesquisadora pelo e-mail: ayara.silva@ig.ufpa.br, por telefone (91) 98732-9637 ou por meio do endereço: Universidade Federal do Pará, Programa de Pós-Graduação em Administração, Sala SE 16 do primeiro andar do ICSA, Campus Profissional. Rua Augusto Corrêa - 01 - Guamá 66075-110 - Belém, PA – Brasil.

Belém - PA, ____ de _____ de _____.

Assinatura do (a) Participante

Assinatura do (a) Pesquisador (a)

APÊNDICE B – QUESTIONÁRIO DE PESQUISA

QUESTIONÁRIO DE PESQUISA EM ENTREGADORES CICLISTAS		
DADOS PESSOAIS		
NOME: 	GÊNERO: <input type="checkbox"/> Masculino <input type="checkbox"/> Feminino <input type="checkbox"/> Prefiro não me identificar	IDADE em anos: _____
NÚMERO DE FILHOS: _____	ESTADO CIVIL: <input type="checkbox"/> Solteiro <input type="checkbox"/> Casado <input type="checkbox"/> União Estável <input type="checkbox"/> Divorciado <input type="checkbox"/> Viúvo <input type="checkbox"/> Outro	GRAU DE ESCOLARIDADE: <input type="checkbox"/> Fundamental Incompleto <input type="checkbox"/> Fundamental completo <input type="checkbox"/> Médio incompleto <input type="checkbox"/> Médio completo <input type="checkbox"/> Superior incompleto <input type="checkbox"/> Superior completo <input type="checkbox"/> Pós-graduação
COR/RAÇA: <input type="checkbox"/> Branca <input type="checkbox"/> Branca <input type="checkbox"/> Amarela <input type="checkbox"/> Indígena <input type="checkbox"/> Negra	REMUNERAÇÃO MENSAL: <input type="checkbox"/> menos de R\$ 1.000,00 <input type="checkbox"/> de R\$ 1.000,00 a R\$ 1.300,00 <input type="checkbox"/> de R\$ 1301,00 a R\$ 2.000,00 <input type="checkbox"/> mais de R\$ 2.000,00	RESIDE: <input type="checkbox"/> Belém <input type="checkbox"/> Ananindeua <input type="checkbox"/> Marituba <input type="checkbox"/> Santa Izabel <input type="checkbox"/> Benevides <input type="checkbox"/> Outro
MORADIA: <input type="checkbox"/> Casa Própria <input type="checkbox"/> Aluguel <input type="checkbox"/> Outro	COM QUE FREQUÊNCIA VOCÊ PRÁTICA ESPORTES? <input type="checkbox"/> Todo dia <input type="checkbox"/> Uma vez por semana <input type="checkbox"/> A cada dois dias <input type="checkbox"/> Várias vezes por mês <input type="checkbox"/> Raramente <input type="checkbox"/> Não pratica esportes	
DADOS PROFISSIONAIS		
POSSUI VÍNCULO COMO ENTREGADOR: <input type="checkbox"/> Ifood <input type="checkbox"/> 99 Food <input type="checkbox"/> Rappi <input type="checkbox"/> Americanas Delivery <input type="checkbox"/> Outros <input type="checkbox"/> Nenhum	DIAS DA SEMANA TRABALHADO: <input type="checkbox"/> 1 dia <input type="checkbox"/> 2-3 dias <input type="checkbox"/> 4-5 dias <input type="checkbox"/> 6-7 dias	TEMPO COMO ENTREGADOR: <input type="checkbox"/> 0-6 meses <input type="checkbox"/> 7-11 meses <input type="checkbox"/> 1-2 anos <input type="checkbox"/> 3-4 anos <input type="checkbox"/> 5 anos ou mais <input type="checkbox"/> Outro
HORAS DE TRABALHO POR DIA: <input type="checkbox"/> Menos de 2 horas <input type="checkbox"/> 2-4 horas <input type="checkbox"/> 4-8 horas <input type="checkbox"/> Mais de 12 horas	TRABALHA UTILIZANDO: <input type="checkbox"/> Capacete <input type="checkbox"/> Celular <input type="checkbox"/> Máquina, para pagamentos em cartão <input type="checkbox"/> Mochila térmica <input type="checkbox"/> Internet	EQUIPAMENTO FORNECIDO PELA EMPRESA: <input type="checkbox"/> Capacete <input type="checkbox"/> Celular <input type="checkbox"/> Máquina, para pagamentos em cartão <input type="checkbox"/> Mochila térmica <input type="checkbox"/> Internet

<p>BICICLETA:</p> <p><input type="checkbox"/> Própria e parcelada</p> <p><input type="checkbox"/> Alugada</p> <p><input type="checkbox"/> Emprestada</p> <p><input type="checkbox"/> Alugada</p> <p><input type="checkbox"/> Outro</p>	<p><input type="checkbox"/> Óculos de proteção</p> <p><input type="checkbox"/> Cotoveleira</p> <p><input type="checkbox"/> Joelheira</p> <p><input type="checkbox"/> Roupas confortáveis claras ou chamativas</p> <p><input type="checkbox"/> Campainha, na bicicleta</p> <p><input type="checkbox"/> Sinalização noturna traseira, na bicicleta</p> <p><input type="checkbox"/> Sinalização noturna dianteira, na bicicleta</p> <p><input type="checkbox"/> Sinalização noturna lateral, na bicicleta</p> <p><input type="checkbox"/> Sinalização noturna no pedal, na bicicleta</p> <p><input type="checkbox"/> Espelho retrovisor do lado esquerdo, na bicicleta</p> <p><input type="checkbox"/> Nenhum dos itens listados</p>	<p><input type="checkbox"/> Óculos de proteção</p> <p><input type="checkbox"/> Cotoveleira</p> <p><input type="checkbox"/> Joelheira</p> <p><input type="checkbox"/> Roupas confortáveis claras ou chamativas</p> <p><input type="checkbox"/> Campainha, na bicicleta</p> <p><input type="checkbox"/> Sinalização noturna traseira, na bicicleta</p> <p><input type="checkbox"/> Sinalização noturna dianteira, na bicicleta</p> <p><input type="checkbox"/> Sinalização noturna lateral, na bicicleta</p> <p><input type="checkbox"/> Sinalização noturna no pedal, na bicicleta</p> <p><input type="checkbox"/> Espelho retrovisor do lado esquerdo, na bicicleta</p> <p><input type="checkbox"/> Nenhum dos itens listados</p>
<p>ACIDENTES NO TRÂNSITO:</p> <p><input type="checkbox"/> Uma vez</p> <p><input type="checkbox"/> Duas ou mais vezes</p> <p><input type="checkbox"/> Nunca</p>		
<p>POSSUI TREINAMENTO PARA REALIZAR AS ENTREGAS?</p> <p><input type="checkbox"/> Sim</p> <p><input type="checkbox"/> Não</p>	<p>POSSUI LOCAL DE DESCANSO OFERECIDO PELA EMPRESA?</p> <p><input type="checkbox"/> Sim</p> <p><input type="checkbox"/> Não</p>	

Versão Brasileira de Burnout Assessment Tool (BAT) para o trabalho

Instruções

Leia atentamente as frases abaixo e assinale a resposta que corresponde à frequência com que você se sente desse modo no seu trabalho.

Escores

Nunca	Raramente	Algumas vezes	Com Frequência	Sempre
1	2	3	4	5

Sintomas primários

	Nunca	Raramente	Algumas Vezes	Com Frequência	Sempre
Exaustão					
1. No trabalho, sinto-me mentalmente exausto*	<input type="checkbox"/>				
2. Tudo o que faço no trabalho exige muito esforço	<input type="checkbox"/>				
3. Acho difícil recuperar minha energia depois de um dia de trabalho*	<input type="checkbox"/>				
4. No trabalho, sinto-me fisicamente exausto*	<input type="checkbox"/>				
5. Ao levantar pela manhã, me falta energia para começar um novo dia no trabalho	<input type="checkbox"/>				
6. Quero ser ativo no trabalho, mas de alguma forma não consigo	<input type="checkbox"/>				
7. Quando eu me esforço no trabalho, me canso mais rápido do que o normal	<input type="checkbox"/>				
8. No final do meu dia de trabalho, eu me sinto mentalmente exausto e esgotado	<input type="checkbox"/>				
Distanciamento mental					
9. Eu luto para encontrar algum entusiasmo pelo meu trabalho*	<input type="checkbox"/>				

10. Não penso no que estou fazendo no meu trabalho, eu funciono em piloto automático	<input type="checkbox"/>				
11. Sinto forte aversão pelo meu trabalho*	<input type="checkbox"/>				
12. Sinto-me indiferente em relação ao meu trabalho	<input type="checkbox"/>				
13. Sou pessimista sobre o que meu trabalho significa para os outros*	<input type="checkbox"/>				

	Nunca	Raramente	Algumas vezes	Com frequência	Sempre
<i>Declínio no controle cognitivo</i>					
14. Em meu trabalho, tenho dificuldade em manter o foco *	<input type="checkbox"/>				
15. No trabalho, eu me esforço para pensar claramente	<input type="checkbox"/>				
16. Sou esquecido e distraído no trabalho	<input type="checkbox"/>				
17. Tenho dificuldade em me concentrar quando estou trabalhando *	<input type="checkbox"/>				
18. Cometo erros no trabalho porque minha mente está em outras coisas*	<input type="checkbox"/>				
<i>Declínio no controle emocional</i>					
19. No trabalho, sinto-me incapaz de controlar as minhas emoções*	<input type="checkbox"/>				
20. Eu não me reconheço na maneira como reajo emocionalmente no trabalho *	<input type="checkbox"/>				
21. Durante o trabalho, fico irritado quando as coisas não são do jeito que eu quero	<input type="checkbox"/>				
22. Fico insatisfeito e triste no trabalho sem saber o porquê	<input type="checkbox"/>				
23. No trabalho, eu posso ter reações exageradas sem querer*	<input type="checkbox"/>				

Nota: *= Versão reduzida

Sintomas Secundários

	Nunca	Raramente	Algumas Vezes	Com Frequência	Sempre
<i>Queixas psicológicas</i>					
1. Tenho dificuldades em adormecer ou ficar dormindo	<input type="checkbox"/>				
2. Tendo a ser preocupado	<input type="checkbox"/>				
3. Sinto-me tenso e estressado	<input type="checkbox"/>				
4. Sinto-me ansioso e/ou sofro de ataques de pânico	<input type="checkbox"/>				
5. Barulho e multidões me perturbam	<input type="checkbox"/>				
<i>Queixas Psicossomáticas</i>					
6. Sofro de palpitações ou dores no peito	<input type="checkbox"/>				
7. Sofro de dores no estômago e/ou intestinais	<input type="checkbox"/>				
8. Sofro de dores de cabeça	<input type="checkbox"/>				
9. Sofro de dores musculares, como no pescoço, ombros ou costas	<input type="checkbox"/>				
10. Fico doente muitas vezes	<input type="checkbox"/>				

APÊNDICE C – PERFIL DOS PARTICIPANTES DA PESQUISA

Categoria	Item	Freq.	%	Categoria	Item	Freq.	%	
Gênero	Feminino	4	3	Empresas	Ifood	136	86	
	Masculino	155	97		Com as quais possui vínculo	99food	7	4
Faixa Etária	16-17 anos	5	3	Rappi		28	18	
	18-25 anos	79	50	Americanas Delivery		2	1	
	26-34 anos	51	32	Outros		39	25	
	35-42 anos	19	12	Dias da semana de trabalho		1 dia	-	-
	43-50 anos	4	3			2-3 dias	10	6
	51-59 anos	1	1			4-5 dias	62	39
	60 ou mais anos	-	-		6-7 dias	87	55	
Filhos	0	101	63,5	Tempo como entregador	0-6 meses	58	36	
	1	32	20,1		7-11 meses	30	19	
	2	13	8,2		1-2 anos	43	27	
	3	11	7		3-4 anos	20	13	
	4	1	0,6		5 anos ou mais	8	5	
	5	1	0,6	Horas de trabalho por dia	Menos de 2 horas	2	1	
Grau	Fundamental incompleto	4	3		2-4 horas	19	12	
	Fundamental completo	12	8		5-8 horas	100	63	
De Escolarida de	Médio incompleto	29	18		9-12 horas	24	15	
	Médio completo	98	62	Mais de 12 horas	14	9		
	Superior incompleto	14	9	Bicicleta	Própria	145	91	
	Superior completo	2	1		Alugada	3	2	
Pós-graduação	-	-	Emprestada		7	4		
Estado	Solteiro	120	75		Outro	4	3	
	Civil	Casado	21	13	Acidentes no trabalho	Uma vez	31	19
União Estável		14	9	Duas vezes ou mais		37	23	
Divorciado		-	-	Nunca		91	57	
Viúvo		1	1	Recebeu algum treinamento	Sim	19	12	
Outro		3	2		Não	140	88	

Cor/Raça	Branca	21	13	Possui local de descanso	Sim	9	6
	Preta	42	26		Não	150	94
	Parda	93	58	Trabalha utilizando	Capacete	10	6
	Amarela	2	1		Celular	148	93
	Indígena	1	1		Máquina para cartão	19	12
Remuneração	menos de R\$ 1.000,00	63	40	Mochila térmica	153	96	
	de R\$ 1.000,00 a R\$ 1.300,00	50	31	Internet	150	94	
	de R\$ 1.301,00 a R\$ 2.000,00	25	16	Óculos de proteção	2	1	
	mais de R\$ 2.000,00	21	13		-	-	
Reside em:	Belém	158	99	Joelheira	1	1	
	Ananindeua	1	1	Roupas confortáveis	30	19	
	Marituba	0		Campainha na bicicleta	5	3	
	Santa Izabel	0		Sinalização noturna traseira na bicicleta	17	11	
	Benevides	0		Sinalização noturna dianteira na bicicleta	10	6	
Moradia	Própria	101	64	Sinalização noturna lateral na bicicleta	1	1	
	Alugada	42	26	Sinalização noturna no pedal na bicicleta	2	1	
	Outro	16	10	Espelho retrovisor do lado esquerdo na bicicleta	3	2	
Equipamento fornecido pela empresa	Capacete	1	1	Nenhum dos itens listados	-	-	
	Celular	2	1				
	Máquina para cartão	4	3				
	Mochila térmica	4	3				
	Internet	4	3				

Óculos de proteção	-	-
Cotoveleira	-	-
Joelheira	-	-
Roupas confortáveis	4	3
Campainha na bicicleta	1	1
Sinalização noturna traseira na bicicleta	1	1
Sinalização noturna dianteira na bicicleta	-	-
Sinalização noturna lateral na bicicleta	-	-
Sinalização noturna no pedal na bicicleta	-	-
Espelho retrovisor do lado esquerdo na bicicleta	-	-
Nenhum dos itens listados	155	97
