



24º Congresso de Stress da ISMA-BR
(International Stress Management Association)

26º Fórum Internacional de Qualidade
de Vida no Trabalho

16º Encontro Nacional de Qualidade
de Vida na Segurança Pública

16º Encontro Nacional de Qualidade
de Vida no Serviço Público



TRABALHADORES QUE ATUAM EM STARTUPS E O COMPORTAMENTO *WORKAHOLIC*

Amanda Oliveira Ramadam, Marcelo Trevisan e Cátia Camila da Silva

INTRODUÇÃO

Workaholism é o termo utilizado para descrever o comportamento do sujeito que se envolve em extensas horas de trabalho, muitas vezes em detrimento de outras esferas da vida, como saúde, relacionamentos interpessoais e atividades de lazer. A presente pesquisa foca em um grupo ainda pouco explorado nos estudos de *workaholism*: profissionais de *startups*, empresas emergentes e tecnológicas caracterizadas por ambientes de alta incerteza e risco. Originárias dos Estados Unidos, as *startups* são vistas como ecossistemas empreendedores que promovem inovação e desenvolvimento econômico.

OBJETIVO

Analisar trabalhadores que atuam em *startups* no sul do Brasil frente à Escala de *Workaholism*.

METODOLOGIA

Esta investigação descritiva visa expor detalhadamente as características de uma população específica, adotando uma abordagem metodológica transversal. A amostra inclui 381 profissionais de *startups* na região sul do Brasil, os dados foram coletados por um questionário online utilizando a versão reduzida da Escala de *Workaholism* (DUWAS-10), adaptada ao Brasil por Vazquez et al. (2018). A análise dos dados foi realizada por meio de médias e distribuição de frequência.

RESULTADOS

Tabela 1 - Estatística descritiva da Escala de *Workaholism*

Variáveis	Média	Percentuais			
		1*	2	3	4*
1. Eu pareço estar com pressa e correndo contra o relógio.	2,73	12,90%	24,40%	39,40%	23,40%
2. Eu continuo trabalhando mesmo quando meus colegas de trabalho já encerraram suas atividades.	2,40	24,40%	28,60%	27,80%	18,60%
3. Trabalhar intensamente é importante para mim, mesmo quando não gosto do que estou fazendo.	2,35	20,70%	38,10%	26,50%	14,70%
4. Mantenho-me ocupado no trabalho, posso garantir que tenho mais opções disponíveis para realizar minhas atividades.	2,85	5,20%	27,30%	44,40%	23,10%
5. Pareço ter uma compulsão interna para trabalhar intensamente, um sentimento de que isso é algo que eu tenho que fazer, queira ou não.	2,77	27,60%	30,40%	28,90%	13,10%
6. Passo mais tempo trabalhando do que socializando com amigos, em passatempos ou em atividades de lazer.	2,62	19,70%	25,70%	27,60%	27,00%
7. Sinto-me obrigado a trabalhar intensamente mesmo quando isso não é agradável.	2,16	34,10%	29,40%	22,60%	13,90%
8. Percebo que faço duas ou três coisas ao mesmo tempo, tais como almoçar e escrever um bilhete enquanto falo ao telefone.	2,48	29,90%	17,80%	26,00%	26,20%
9. Sinto-me culpado quando tiro folga do meu trabalho.	2,08	48,50%	18,10%	16%	19,40%
10. Para mim é duro relaxar quando não estou trabalhando.	1,84	52,50%	21,50%	15,70%	10,20%

Nota: Escala aplicada tipo Likert: 1*= Quase nunca e 4*=Quase sempre.

Fonte: Dados da pesquisa.

Percebe-se uma inclinação significativa dos participantes para comportamentos associados ao *workaholism*, como a compulsão para manter-se ocupado no trabalho e a dificuldade em relaxar fora do ambiente laboral. Apesar do contexto desafiador das *startups*, é crucial reconhecer a importância do equilíbrio entre trabalho e vida pessoal para o bem-estar dos colaboradores. A média geral na Escala de *Workaholism* indica uma tendência moderada ao comportamento *workaholic*, destacando a necessidade de estratégias para promover um equilíbrio saudável entre trabalho e vida pessoal.