

Desequilíbrio esforço-recompensa no trabalho e satisfação com a vida no Estudo Longitudinal da Saúde do Adulto (ELSA-Brasil)

Effort-reward imbalance at work and satisfaction with life in the Brazilian Longitudinal Study of Adult Health (ELSA-Brasil)

Desequilibrio esfuerzo-recompensa en el trabajo y satisfacción con la vida en el Estudio Longitudinal de Salud del Adulto (ELSA-Brasil)

Ivone Meire do Carmo Gentil <https://orcid.org/0000-0003-3036-9741>¹; Karina Araújo Pinto <https://orcid.org/0000-0002-5199-7010>¹; Maria Conceição Chagas de Almeida <https://orcid.org/0000-0002-4760-4157>²; Yukari Figueiroa Mise <https://orcid.org/0000-0002-5273-1548>¹; Rosane Harter Griep <https://orcid.org/0000-0002-6250-2036>²; Sheila Maria Alvim de Matos <https://orcid.org/0000-0003-2080-9213>¹; Maria de Jesus Mendes da Fonseca <https://orcid.org/0000-0002-5319-5513>²; Milena Maria Cordeiro de Almeida <https://orcid.org/0000-0001-8065-4298>¹

Resumo O objetivo foi analisar a associação entre desequilíbrio esforço-recompensa (DER) no trabalho e satisfação com a vida entre servidores públicos brasileiros. Trata-se de um estudo transversal com 9.199 participantes ativos na segunda etapa (2012-2014) do ELSA-Brasil. Análises estratificadas por sexo foram feitas por meio da regressão logística, considerando nível de 5% de significância. Mulheres e homens que referiram desequilíbrio esforço-recompensa no trabalho apresentaram maior insatisfação com a vida (OR = 2,38; IC95%: 1,93-2,93 e OR = 2,01; IC95%: 1,68-2,39, respectivamente) do que aqueles sem DER. Mulheres em nível funcional superior/docente apresentaram maior estimativa de associação entre DER e insatisfação com a vida (OR = 2,77; IC95%: 1,90-4,04), quando comparadas a mulheres em nível funcional apoio/médio (OR = 1,71; IC95%: 1,38-2,12). Os estressores ocupacionais aferidos pelo DER estiveram associados à insatisfação com a vida em servidores públicos de ambos os sexos. O nível funcional foi modificador de efeito para a associação DER e satisfação com a vida entre mulheres, o que pode estar relacionado ao esforço para redução das desigualdades de gênero no trabalho através da necessidade da maior escolarização e qualificação para entrada e permanência no mercado de trabalho.

Palavras-chave Estresse ocupacional, Satisfação pessoal, Saúde do trabalhador

Abstract The scope of this study was to analyze the association between effort-reward imbalance (ERI) at work and satisfaction with life among Brazilian public servants. It involved a cross-sectional study with 9,199 active participants in the second stage (2012-2014) of ELSA-Brasil. Sex-stratified analyses were performed using logistic regression at a 5% significance level. Women and men who reported ERI at work were more likely to report dissatisfaction with life (OR = 2.38; 95%CI: 1.93-2.93 and OR = 2.01; 95%CI: 1.68-2.39, respectively) compared to those without ERI. Among women, those in higher/teaching positions revealed a stronger association between ERI and dissatisfaction with life (OR = 2.77; 95%CI: 1.90-4.04) compared to those in support/medium-level positions (OR = 1.71; 95%CI: 1.38-2.12). Occupational stressors, as measured by ERI, were associated with dissatisfaction with life among public servants of both sexes. Functional level acted as an effect modifier in the association between ERI and satisfaction with life among women, potentially reflecting the increased educational and professional requirements women face to access and remain in the labor market as part of efforts to mitigate gender inequality.

Key words Occupational stress, Satisfaction with life, Worker's health

Resumen Este artículo tuvo como objetivo analizar la asociación entre el desequilibrio esfuerzo-recompensa (DER) en el trabajo y la satisfacción vital en servidores públicos brasileños. Estudio transversal con 9.199 participantes activos en la segunda fase (2012-2014) de ELSA-Brasil. Se realizaron análisis estratificados por sexo mediante regresión logística, considerando un nivel de significancia del 5%. Las mujeres y los hombres que reportaron desequilibrio esfuerzo-recompensa en el trabajo presentaron mayor insatisfacción vital (OR = 2,38; IC del 95 %: 1,93-2,93 y OR = 2,01; IC del 95 %: 1,68-2,39, respectivamente) que aquellos sin DER. Las mujeres con un puesto de nivel superior/docente mostraron una mayor asociación estimada entre el DER y la insatisfacción vital (OR = 2,77; IC del 95 %: 1,90-4,04), en comparación con las mujeres con un puesto de apoyo/intermedio (OR = 1,71; IC del 95 %: 1,38-2,12). Los factores de estrés ocupacional, medidos por el DER, se asociaron con la insatisfacción vital en servidores públicos de ambos sexos. El puesto de trabajo fue un modificador del efecto de la asociación entre el DER y la satisfacción vital en mujeres, lo que podría estar relacionado con los esfuerzos por reducir las desigualdades de género en el ámbito laboral mediante la necesidad de una mayor educación y calificaciones para acceder y permanecer en el mercado laboral.

Palabras clave Estrés laboral, Satisfacción personal, Salud laboral

¹ Universidade Federal da Bahia. R. Basílio da Gama s/n, Canela. 40110-40 Salvador BA Brasil. meiregentil@yahoo.com.br
² Fundação Oswaldo Cruz. Rio de Janeiro RJ Brasil.

Introdução

Condições desfavoráveis que trabalhadoras e trabalhadores vivenciam em seus processos de trabalho, como baixo apoio de chefes e colegas, longas jornadas de trabalho, falta de reconhecimento profissional e oportunidades limitadas são preditores comuns para o esgotamento e o estresse ocupacional¹. Além disso, homens e mulheres vivenciam os estressores ocupacionais de modo diferente, o que pode afetar o desempenho e a satisfação no trabalho, a qualidade de vida e produzir sintomas físicos e emocionais^{2,3}.

A literatura científica aponta que o alto nível de estresse no trabalho pode tornar o trabalhador pouco saudável, desmotivado e inseguro para desempenhar suas atividades⁴. Exposição sustentada a esses fatores, além de afetar a saúde, também pode contribuir para inatividade física, distúrbios de sono e fadiga, que por sua vez têm sido associados com hipertensão, diabetes e transtornos mentais^{1,5}.

Hsu e colaboradores⁶ discutem como o estresse ocupacional atua como mecanismo nas ligações entre jornada de trabalho e equilíbrio entre vida profissional e satisfação com o trabalho. De acordo com os autores, os problemas do estresse ocupacional parecem ter muitas ramificações prejudiciais para o bem-estar da vida profissional e interferem negativamente na satisfação com a vida e o trabalho.

Estudos que analisaram a relação entre gênero e trabalho apontaram que mulheres estão mais frequentemente submetidas a situações de conflitos entre demanda de trabalho e família, bem como ao esgotamento físico e mental relacionados a esses conflitos^{7,8}. Algumas pesquisas evidenciaram que, em países onde há maior equidade de gênero no mercado do trabalho, as mulheres reportaram estar mais satisfeitas com a vida^{9,10}. Entende-se que as diferenças de gênero ainda permeiam todos os papéis desempenhados por mulheres e homens e, historicamente, de maneira menos favorável para as mulheres quando se trata do acesso a posições de maior responsabilidade e hierarquia dentro das organizações¹¹.

Considerando os achados da literatura e a relevância de compreender a relação dinâmica entre trabalho e satisfação com a vida entre mulheres e homens, entende-se que essa satisfação configura-se como um indicador mais amplo, relacionado à saúde física e mental. De maneira complementar, são poucos os estudos que analisaram a associação entre os estressores ocupacionais e a satisfação com a vida, as

diferenças dessa relação entre trabalhadores de sexo diferentes e em condições diversas de processos laborais. Portanto, o objetivo do presente estudo foi analisar a associação entre desequilíbrio esforço-recompensa (DER) no trabalho e satisfação com a vida entre servidores públicos brasileiros.

Desenho e população do estudo

Estudo transversal realizado com dados oriundos da segunda etapa de avaliação presencial dos participantes (onda 2) do Estudo Longitudinal de Saúde do Adulto (ELSA-Brasil), (2012-2014). A coorte ELSA-Brasil é um estudo multicêntrico e prospectivo, em andamento, que envolve seis instituições públicas de ensino superior e de pesquisa do país: Universidade Federal da Bahia, Universidade de São Paulo, Universidade Federal do Espírito Santo, Universidade Federal de Minas Gerais, Universidade Federal do Rio Grande do Sul e Fundação Oswaldo Cruz. Trata-se de uma coorte fechada que, na linha de base (2008-2010), foi constituída por 15.105 servidores públicos ativos e aposentados, de ambos os sexos e com idade entre 35 e 74 anos, representantes dos três segmentos funcionais das instituições: docentes, técnicos administrativos e apoio.

Os principais objetivos da coorte são investigar a incidência e a progressão do diabetes e de doenças cardiovasculares, bem como os fatores biológicos, comportamentais, ambientais, ocupacionais, psicológicos e sociais¹². Anualmente, após a linha de base, tem sido realizado o monitoramento remoto da saúde dos participantes, e a cada três anos são repetidos os exames e entrevistas.

Os exames clínicos e as entrevistas da coorte são realizados com equipamentos, formulários e questionários padronizados, aplicados por equipes treinadas(os) para executar o protocolo do estudo. Estratégias de controle de qualidade dos dados coletados e informações mais detalhadas encontram-se em publicações pregressas sobre os aspectos metodológicos da pesquisa¹²⁻¹⁴.

População do estudo

Da população de servidores públicos ativos da onda 2 ($n = 14.104$), foram excluídos 1.175 aposentados e 98 participantes que saíram da instituição; a população foi composta por 10.034 participantes. Foram excluídos aqueles com observações de dados faltantes nas variáveis por possíveis perdas de informações e questionários

incompletos: 485 para DER; 13 para satisfação com a vida; 232 pessoas que referiram raça/cor amarela e 98 pessoas indígenas, devido ao pequeno número dessas e à inviabilidade de agregá-las como categoria própria para regressão ou dentro das outras categorias de análise de raça/cor; e sete observações de situação conjugal declarada como outros. A amostra final compreendeu 9.199 trabalhadores (4.746 mulheres e 4453 homens).

Coleta de dados

A coleta de dados da segunda etapa do estudo (2012-2014) da coorte foi feita após a leitura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e posterior assinatura do participante. Todos os exames e as entrevistas face a face foram realizadas em cada centro de investigação ELSA-Brasil, montados exclusivamente para essa finalidade, e tiveram duração de aproximadamente cinco horas. Para este estudo, foram selecionados dados que deram origem às variáveis de exposição e desfecho e às variáveis de interesse, inseridas nas análises.

Variável de exposição: desequilíbrio esforço-recompensa

Utilizou-se a versão brasileira¹⁴ da escala proposta por Siegrist (1996) para o desequilíbrio esforço-recompensa e excesso de comprometimento (DER). O modelo original tem 23 itens distribuídos em três escalas: esforço (6), recompensa (11) e comprometimento excessivo (6)¹⁴⁻¹⁵. A escala original foi adaptada, sendo excluído um item da escala de recompensa sobre estabilidade no emprego, visto que a população do ELSA-Brasil é composta por servidores públicos, com vínculo considerado estável. Essa modificação foi autorizada pelo próprio autor da escala original¹⁶. Assim, os 22 itens da escala aplicada no ELSA-Brasil estão distribuídos em: componentes extrínsecos – esforço (6) e recompensa (10), além de um componente intrínseco, o comprometimento excessivo (6)^{14,16}. As respostas foram obtidas conforme a versão original, utilizando escala de resposta do tipo Likert com pontuação variando de 1 a 4 (discordo totalmente, discordo, concordo, concordo totalmente).

Para cada um dos componentes da escala foi efetuado o cálculo com o somatório das respostas de acordo com a pontuação: esforço, recompensa e comprometimento excessivo. No cômputo de cada um, valores mais altos refle-

tem maior esforço, maior recompensa e comprometimento excessivo.

Foi construída uma razão para cada participante utilizando a fórmula $e/(r \times c)$, em que “e” é o escore obtido pelas respostas sobre esforço, “r” é o escore obtido pela soma das respostas sobre recompensa e “c” é um fator de correção (0,6), considerando o número de itens do numerador (esforço) comparado ao denominador (recompensa) $(6/10)^{17}$. Resultados obtidos da razão esforço/recompensa menores ou iguais a 1,0 (um) representam situação considerada como “equilíbrio”, e os resultados dessa razão maiores do que 1,0 refletem esforço desproporcional diante da recompensa, representando o “desequilíbrio esforço-recompensa”¹⁸ propriamente dito. Quanto maior for a razão esforço/recompensa, maior será a falta de reciprocidade, conforme os pressupostos do modelo. Assim, todas as razões cujo cálculo dessa fórmula se apresentaram acima de 1,0 foram classificados em “desequilíbrio esforço-recompensa” na composição da variável de exposição deste estudo.

Variável de desfecho: satisfação com a vida

A escala Satisfaction with Life Scale (SWLS) é um instrumento desenvolvido para avaliar o julgamento cognitivo de um indivíduo sobre sua satisfação com a vida em geral. Desde a sua origem, em 1985, foi adaptada e traduzida para diversos idiomas, incluindo o português do Brasil. Trata-se de um questionário de simples aplicação, composto por cinco declarações: “1. A vida está próxima do ideal”; “2. Condições de vida excelentes”; “3. Está satisfeito com vida”; “4. Até agora conseguiu o que quer”; “5. Não mudaria nada na vida”. Os participantes são convidados a julgar como se sentem sobre cada uma das declarações usando um sistema de pontuação com sete opções de respostas: concordo totalmente (1), concordo (2), concordo (3) parcialmente, não concordo nem discordo (4), discordo parcialmente (5), discordo (6) e discordo totalmente (7). Entretanto, para a análise foi feita uma inversão no peso das respostas da escala likert, seguindo o padrão da escala original, que varia de 1 a 7, seguindo a seguinte ordem: 1) discordo totalmente; 2) discordo; 3) discordo parcialmente; 4) não concordo nem discordo; 5) concordo parcialmente; 6) concordo; 7) concordo totalmente. O escore total a ser obtido com a soma das respostas às perguntas variam de 5 a 35, e quanto maior a pontuação, maior a satisfação com a vida. Após a soma das respostas, a variável satisfação com a vida foi dicotomizada

como satisfeito (escore maior ou igual a 20) e insatisfeito (escore menor que 20)¹⁹.

Covariáveis

Covariáveis sociodemográficas

O gênero foi a variável de estratificação fundamental, categorizado como “mulheres” e “homens”. As covariáveis sociodemográficas foram dicotomizadas seguindo a codificação: idade (1 = 38 a 50 anos, 0 = 51 a 60 anos), escolaridade (1 = médio e fundamental e 0 = superior completo até pós-graduação), raça/cor (1 = preto/pardo e 0 = branco), excluindo indígena e amarelo, situação conjugal (1 = não unido e 0 = unido) e filhos (1 = sim e 0 = não).

Covariáveis relacionadas com a saúde

A autoavaliação da saúde foi construída a partir da pergunta: “De um modo geral, em comparação a pessoas da sua idade, como o(a) senhor(a) considera o seu estado de saúde?” Foi dicotomizada em boa (0 = muito bom e bom) e regular/ruim (1 = regular, ruim e muito ruim). Outras covariáveis foram: atividade física (1 = inativo e 0 = ativo) e sono (1 = < 8h e 0 = ≥ 8h). A variável atividade física foi constituída a partir da aplicação do Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ), versão longa, que contempla (dois domínios) o tipo de atividade e sua intensidade, e cujas respostas foram dicotomizadas em inativo e ativo (menos de 75 minutos de atividade física vigorosa por semana; menos de 150 minutos de atividade física moderada)²⁰.

Covariável do trabalho

A variável de domínio do trabalho constituída a partir da carga horária semanal de trabalho engloba as horas trabalhadas em qualquer atividade remunerada, sendo dicotomizada em 0 = até 40 horas/semana e 1 = mais de 40 horas/semana. A renda foi dicotomizada em 1 = até quatro salários mínimos (SM) e 0 = maior que quatro SM (considerado o valor do salário mínimo na ocasião da coleta e estratificado de acordo sua distribuição através da mediana), e a categoria ocupacional em 1 = superior/docente e 0 = apoio/médio. A categoria ocupacional foi dividida nesses dois grupos considerando o nível funcional que o profissional exerce.

Análise de dados

Na análise descritiva foram calculadas as frequências absolutas e relativas para cada covariável do estudo, segundo categorias da variável de

estratificação fundamental. As diferenças entre proporções foram testadas com o uso do teste qui-quadrado de Pearson, apresentando a distribuição de frequências das variáveis de exposição e desfecho e todas as covariáveis, sendo considerado o valor de $p < 0,05$ para significância estatística das diferenças observadas entre os estratos. Os resultados foram apresentados em tabelas.

Foi efetuado o teste de normalidade de Kolmogorov-Smirnov para verificar a distribuição das variáveis e a assimetria. Potenciais variáveis confundidoras e modificadoras de efeitos foram analisadas antes da entrada nos modelos, a partir da análise das associações brutas e ajustadas entre todas as covariáveis com a variável desfecho e com a de exposição.

A medida da *odds ratio* (OR) com IC95% foi calculada por meio de regressão logística, utilizando-se a estratégia *backward*. A OR foi utilizada como *proxy* da razão de prevalência (RP), porque o desfecho estudado, insatisfação com a vida, é de baixa prevalência (até 10%), sem provocar grandes distorções da estimativa. Considerou-se como variáveis modificadoras de efeito aquelas que apresentaram resultados estatisticamente significantes ao ser aplicado o teste da razão da máxima verossimilhança (TRMV), com base nas comparações entre os modelos saturado e reduzido, nos quais os termos-produto relativos a cada covariável potencial modificadora de efeito foram retirados do modelo. Foram consideradas variáveis de confusão aquelas que, quando retiradas do modelo, causavam alteração igual ou superior a 20% na medida pontual de associação entre exposição principal (desequilíbrio esforço-recompensa) e desfecho (satisfação com a vida). Adicionalmente, a despeito da distorção na OR, algumas variáveis foram consideradas de ajuste, utilizando como critério evidências observadas na literatura para a composição do modelo final. A elegibilidade para manutenção das variáveis nos modelos finais foi considerada quando o intervalo de confiança dos estratos foi distinto entre si e significativo estatisticamente. As análises estatísticas foram feitas com o *software* Stata, versão 12.

Aspectos éticos

O estudo obteve aprovação no Comitê Nacional de Ética em Pesquisa, protocolo de estudo (CEP/ISC) 027-06 CAEE – 0017.1.0690009-06), aprovado em 26 de maio de 2006 (CONEP), além da aprovação em comitês locais de ética em pesquisa em cada uma das cidades onde está sendo conduzida a pesquisa.

Resultados

A população estudada foi composta por 9.199 servidores públicos, 51,6% mulheres e 48,4% homens. A maioria das(os) participantes estavam na faixa etária de 51 anos ou mais (54,6% das mulheres, 57,6% dos homens), raça/cor branca (51,0% das mulheres e 51,0% dos homens) e com escolaridade até ou igual a nível superior (62,7% das mulheres e 54,0% dos homens). Para a situação conjugal, 55,0% das mulheres estavam casadas e 77,7% com filhos, e entre os homens, 80,5% estavam casados e 85,5% com filhos (Tabela 1).

Entre os fatores relacionados ao trabalho, observa-se que a maioria das(os) trabalhadores era de apoio/técnico administrativo (66,1% mulheres e 66,7% homens,) com carga horária de trabalho menor de 40h entre mulheres (54,4%) e maior do que 40h entre homens (53,2%). Para o excesso de comprometimento, mulheres apresentaram frequência discretamente superior (43,8%) à dos homens (42,7%). Quanto à satisfação com a vida, observou-se que um alto percentual (89,1%) de mulheres referiram estar satisfeitas, e também de homens (91,5%) (Tabela 1).

Nas variáveis relacionadas à saúde, observa-se que a maioria das mulheres (86,4%) e dos homens (88,0%) considera o seu estado de saúde muito bom. Em relação ao sono, 77,4% das mulheres referiram dormir menos de oito horas e 79,4% dos homens referiram o mesmo. Mais mulheres referem inatividade física (65,3%), quando comparadas aos homens (53,6%) (Tabela 1).

Mulheres apresentaram maiores proporções de desequilíbrio esforço-recompensa (DER) do que os homens (24,4% e 20,6%, respectivamente), e entre as pessoas classificadas como em desequilíbrio esforço-recompensa, o excesso de comprometimento foi de 41,7% para as mulheres e 35,5% para os homens. Para mulheres e homens, o DER foi mais frequente para as seguintes categorias, respectivamente: de 38 a 50 anos (26,9% e 22,9%), com maior escolaridade (26,5% e 22,9%), sem filhos (28,8% e 27,0%), com nível funcional superior/docente (27,7% e 23,1%), com mais de 40h semanais de trabalho (33,8% e 26,2%), pior autopercepção de saúde (32,5% e 26,8%) e duração do sono menor que oito horas (25,5% e 21,3%) (Tabela 2).

A insatisfação com a vida foi referida por mais mulheres (13,4%) do que homens (10,2%), e um maior percentual de pessoas insatisfeitas foi observado entre aqueles que tinham entre 38 e 50 anos (14,4% e 11,9%), eram solteiras(os) (16,9% e 15,2%), com menor nível funcional apoio/médio (16,2% e 11,7%) e com pior autopercepção de saúde (28,2% e 21,0%), respectivamente para mulheres e homens. Mulheres que se declararam pretas/pardas (16,1%), com escolaridade até o ensino médio (17,4%) e que trabalhavam até 40h por semana (14,4%) revelaram maior insatisfação com a vida. Entre os homens, a maior insatisfação com a vida foi referida entre os que se declaram pretos/pardos (10,9%), com escolaridade até o ensino médio (10,9%), que trabalhavam acima de 40h por semana (10,3%) e renda familiar líquida menor do que 4 salários mínimos (SM) (Tabela 3).

Ao selecionar as covariáveis para inclusão nos modelos de regressão logística de associação do desequilíbrio esforço-recompensa no trabalho e satisfação com a vida, a variável categoria funcional foi identificada como modificadora de efeito para as mulheres. Portanto, para esse grupo a estratificação foi feita em função dessa variável.

Na análise da associação entre desequilíbrio esforço-recompensa no trabalho e insatisfação com a vida, mulheres com desequilíbrio esforço-recompensa no trabalho apresentaram OR superior na associação com insatisfação com a vida (OR = 2,01; IC95%: 1,68-2,39), em comparação com aquelas que não apresentaram DER no trabalho. Após ajuste para as covariáveis renda, estado de saúde e atividade física, para mulheres com nível funcional superior/docente a OR foi de 2,77 (IC95%: 1,90-4,04). Para as mulheres com categoria ocupacional apoio/técnico administrativo, após ajuste das covariáveis idade, renda, estado de saúde, sono, situação conjugal e atividade física, a OR foi de 1,71 (IC95%: 1,38-2,12) (Tabela 4).

No grupo dos homens não foi encontrado modificador de efeito principal. Aqueles que referiram desequilíbrio esforço-recompensa no trabalho apresentaram mais chance de insatisfação com a vida (OR = 2,38; IC95%: 1,93-2,93), quando comparados aos homens sem DER no trabalho. Na análise após ajuste para as covariáveis idade, renda, estado de saúde e situação conjugal, a OR foi igual a 2,23 (IC95%: 1,80-2,76) (Tabela 5).

Tabela 1. Características sócio-ocupacionais de trabalhadores ativos na segunda etapa, para mulheres e homens, ELSA-Brasil, 2012-2014.

Variáveis	Mulheres N = 4.917 (51,6)	Homens N = 4.598 (48,3)	p - valor
Idade			
38 a 50	2.228 (45,3)	1.948 (42,3)	0,004
≥ 51	2.689 (54,6)	2.650 (57,6)	
Raça/cor			
Branco	2.485 (51,0)	2.316 (51,0)	0,000
Preto	893 (18,3)	647 (14,2)	
Pardo	1.324 (27,1)	1.431 (31,5)	
Amarela	136 (2,7)	84 (1,8)	
Indígena	35 (0,7)	61 (1,3)	
Escolaridade			
Ensino (Fundamental/Médio)	1.832 (37,2)	2.111 (45,9)	0,000
Superior completo	3.085 (62,7)	2.486 (54,0)	
Casada(o)ou convive com alguém			
Sim	2.705 (55,0)	3.704 (80,5)	0,000
Não	2.212 (44,9)	894 (19,4)	
Filhos			
Sim	3.822 (77,7)	3.932 (85,5)	0,000
Não	1.095 (22,2)	666 (14,4)	
Categoria Ocupacional			
Apoio/técnico administrativo	3.253 (66,1)	3.068 (66,7)	0,559
Superior/docente	1.664 (33,8)	1.530 (33,2)	
Carga horária de trabalho			
≥ 40	2.238 (45,5)	2.446 (53,2)	0,000
< 40	2.679 (54,4)	2.152 (46,8)	
Renda			
≤ 4 salários mínimos	1.647 (33,5)	1.636 (35,5)	0,033
> 4 salários mínimos	3.270 (66,5)	2.962 (64,4)	
Desequilíbrio esforço recompensa			
Sim	1.203 (24,4)	945 (20,5)	0,000
Não	3.714 (75,5)	3.653 (79,4)	
Excesso de comprometimento			
Sim	2.156 (43,8)	1.953 (42,7)	0,177
Não	2.761 (56,1)	2.645 (57,5)	
Satisfação com a vida			
Sim	4.384 (89,1)	4.209 (91,5)	0,000
Não	533 (10,8)	389(8,4)	
Estado de saúde			
Muito Bom/Bom	4.250 (86,4)	4.047 (88,0)	0,021
Regular/Ruim/Muito Ruim	666 (13,5)	550 (11,9)	
Duração do sono			
< 8 horas	3.810 (77,4)	3.654 (79,4)	0,019
≥ 8 horas	1.107 (22,5)	944 (20,5)	
Atividade física no tempo livre			
Inativo	3.206 (65,3)	2.462 (53,6)	0,000
Ativo	1.704 (34,7)	2.131 (46,4)	

Fonte: Autoras.

Tabela 2. Desequilíbrio esforço-recompensa entre trabalhadores ativos acompanhados pelo ELSA-Brasil, mulheres e homens na segunda etapa do estudo, 2012/2014.

Variáveis	Mulheres N = 4746 (51,6%)			Homens N = 4453 (48,4%)		
	n	%	p-valor*	n	%	p-valor*
Desequilíbrio esforço-recompensa	1.160	24,4		918	20,6	
Idade						
38 a 50 anos	581	26,9	0,000	434	22,9	0,001
≥51 anos	579	22,3		484	18,9	
Raça / cor						
Branco	595	23,9	0,537	458	19,8	0,235
Preto/Pardo	548	24,7		441	21,9	
Escolaridade						
Ensino (Fundamental/Médio)	373	20,9		363	17,8	
Superior completo	787	26,5	0,000	555	22,9	0,000
Casada(o)ou convive com alguém						
Sim	628	24,1	0,577	716	19,9	0,019
Não	532	24,8		202	23,5	
Filhos						
Não	294	28,0	0,002	175	27,0	0,000
Sim	866	23,4		743	19,5	
Nível funcional						
Apoio/médio	720	22,8	0,000	575	19,3	0,003
Superior/docente	440	27,7		343	23,1	
Carga horária de trabalho						
≤ 40h	431	16,6		296	14,1	0,000
> 40h	729	33,8	0,000	622	26,2	
Renda						
≤ 4 salários mínimos	315	19,9	0,406	397	24,8	0,634
> 4 salários mínimos	603	20,9		763	24,2	
Excesso de comprometimento						
Não	296	11,1		245	9,5	0,000
Sim	864	41,7	0,000	673	35,5	
Satisfação com a vida						
Sim	925	22,5	0,000	755	18,8	0,000
Não	235	36,8		163	35,7	
Estado de saúde						
Muito Bom/Bom	950	23,1		775	19,7	
Regular/Ruim/Muito Ruim	210	32,5	0,000	142	26,8	0,000
Duração do sono						
< 8 horas	938	25,5	0,001	755	21,3	0,022
≥ 8 horas	222	20,5		163	17,8	
Atividade física						
Inativo	762	24,6		492	20,6	
Ativo	397	24,1	0,732	425	20,6	0,982

Fonte: Autoras.

Discussão

Os resultados do presente estudo confirmaram associação entre desequilíbrio esforço-recompensa no trabalho e satisfação com a vida em mulheres e homens brasileiros trabalhadores do

setor público (ELSA-Brasil). Entre os homens, a chance de insatisfação com a vida foi maior para aqueles cujo trabalho foi percebido em desequilíbrio quanto ao alto esforço empregado e à baixa recompensa recebida. No grupo das mulheres, trabalhadoras que referiram desequi-

Tabela 3. Insatisfação com a vida entre trabalhadores ativos acompanhados pelo ELSA-Brasil, mulheres e homens na segunda etapa, 2012-2014.

Variáveis	Mulheres N = 4.917 (51,6)			Homens N = 4.598 (48,3)		
	n	%	RP (IC 95%)	n	%	RP (IC95%)
Insatisfação com a vida	638	13,4		457	10,2	
Idade						
≥ 51	319	12,3	1	231	9,0	1
38 a 50	319	14,7	1,19 (1,04-1,38)	226	11,9	1,32 (1,11-1,57)
Raça/cor						
Preto/Pardo	356	16,1	1	228	10,9	1
Branco	277	11,1	1,44 (1,24-1,66)	218	9,41	1,16 (0,97-1,38)
Escolaridade						
Ensino (Fundamental/Médio)	310	17,4	1	223	10,9	1
Superior completo	328	11,0	1,57 (1,36 -1,81)	234	9,7	1,13 (0,95-1,94)
Casada(o)ou convive com alguém						
Não	376	16,9	1	131	15,2	1
Sim	276	10,6	1,59 (1,37-1,84)	326	9,0	1,68 (1,39-2,03)
Filhos						
Sim	496	13,4	1	373	9,8	1
Não	142	13,5	0,98 (0,83-1,17)	84	12,9	0,75 (0,60-0,94)
Categoria Ocupacional						
Superior/docente	127	8,0	1	110	7,4	1
Apoio/técnico administrativo	511	16,2	0,49 (0,41- 0,59)	347	11,7	0,63 (0,51-0,78)
Carga horária de trabalho						
> 40h	265	12,2	1	243	10,3	1
≤ 40h	373	14,4	0,85 (0,73-0,98)	214	10,2	1,00 (0,84-1,19)
Renda						
≤ 4 salários mínimos	220	13,9	1	348	21,7	1
> 4 salários mínimos	237	8,2	2,36 (2,04-2,73)	290	9,2	1,68 (1,41-2,00)
Excesso de comprometimento						
Sim	308	14,9	1	216	11,5	1
Não	330	12,3	1,20 (1,04-1,39)	241	9,4	1,22 (1,02-1,45)
Estado de saúde						
Regular/Ruim/Muito Ruim	182	11,1	1	111	21,0	1
Muito Bom/Bom	456	28,2	2,53 (2,18-2,94)	345	8,8	2,39 (1,97-2,90)
Duração do sono						
< 8 horas	526	14,3	1	380	10,7	1
≥ 8 horas	112	10,3	1,38 (1,13-1,67)	77	8,4	1,27 (1,00-1,60)
Atividade física						
Inativo	480	15,5	1	275	11,5	1
Ativo	157	9,5	1,62 (1,36-1,92)	182	8,8	1,30 (1,09-1,56)

Fonte: Autoras.

líbrio entre esforço e recompensa no trabalho apresentaram maior chance de estarem insatisfeitas com a vida, com a intensidade dessa associação mais fortemente evidenciada naquelas com nível funcional superior/docente.

Esses resultados corroboram a literatura que discute a interação entre satisfação com a vida e na carreira, na perspectiva de influência

recíproca²¹ e dos efeitos do estresse como potencializador de outras implicações para a saúde, principalmente para aqueles expostos a um ambiente de trabalho estressante, que podem experimentar uma vida menos satisfatória e saudável¹⁸.

A associação entre DER no trabalho e estar insatisfeito com a vida foi maior entre os ho-

Tabela 4. Associação entre desequilíbrio esforço- recompensa e satisfação com a vida entre as mulheres de acordo nível funcional. Estudo Longitudinal de Saúde do Adulto (ELSA-Brasil), 2012-2014.

Desequilíbrio esforço-recompensa	Bruto OR (IC95%)	Categoria funcional Superior/Docente OR (IC95%)	Categoria funcional Apoio/ Técnico administrativo OR (IC95%)
Não	Referência	Referência	Referência
Sim	2,01 (1,68-2,39)	2,77 ^a (1,90-4,04)	1,71 ^b (1,38-2,12)

OR = *odds ratio*; IC95%: Intervalo confiança 95%; ^aajustado por renda, estado de saúde, atividade física; ^bajustado por idade, renda, estado de saúde, sono, situação conjugal, atividade física.

Fonte: Autoras.

Tabela 5. Associação entre desequilíbrio esforço recompensa e satisfação com a vida entre os homens do Estudo Longitudinal de Saúde do Adulto (ELSA-Brasil), 2012-2014.

Desequilíbrio esforço- recompensa	Bruto OR (IC95%)	Ajustado * OR (IC95%)
Não	Referência	Referência
Sim	2,38 (1,93-2,93)	2,23 (1,80- 2,76)

OR = *odds ratio*; IC95%: Intervalo confiança 95%; *Ajustado por idade, renda, estado de saúde, situação conjugal.
valor $p < 0,05$.

Fonte: Autoras.

mens do que entre as mulheres. Esse resultado pode ser explicado, em parte, por argumentos presentes na literatura, como o fato de que ter um trabalho exigente, ou com alto nível de estresse e sem nenhuma perspectiva de recompensa, pode gerar sentimento de frustração e/ou comportamentos negativos em relação à saúde, como maior consumo de álcool, inatividade física e distúrbio do sono entre os homens²²⁻²⁴.

Neste estudo foi observada uma maior proporção de DER no trabalho entre as mulheres. Achados semelhantes foram vistos por Souza e colaboradores (2019), que identificaram que o DER esteve associado à insatisfação com o trabalho entre as mulheres, evidenciando que ter baixo controle sobre o trabalho em relação aos aspectos psicossociais, com baixo suporte social, expõe as trabalhadoras a cargas psicológicas frequentes, aumentando a exaustão emocional e problemas de saúde.

Entre mulheres e homens, o desequilíbrio esforço-recompensa no trabalho foi evidenciado em maior proporção nos grupos mais jovens, com maior escolaridade, sem filhos, em nível funcional superior/docente, com maior carga horária de trabalho, com excesso de comprometimento, com pior percepção do seu estado de saúde e menos horas de sono por noite. Destaca-se que, entre as mulheres, a maior proporção de DER no trabalho foi observada para aquelas

com excesso de comprometimento. Há registros na literatura de que o comprometimento excessivo causa danos maiores para adoecimentos entre as mulheres, principalmente para aquelas com maiores percentuais de baixo controle, alto esforço e baixa recompensa no trabalho²⁵.

No estudo de Jonge e colaboradores²⁶, o desequilíbrio esforço-recompensa no trabalho foi identificado como fator de risco para pior autoavaliação de saúde entre trabalhadores e trabalhadoras. Outra pesquisa identificou que alto nível de compromisso (necessidade de estima e aprovação) sem reciprocidade no trabalho pode impactar a saúde²⁷. Na literatura também há resultados de pesquisas reforçando que alto desequilíbrio esforço-recompensa com supercomprometimento no trabalho, associados a falta de atividade física, instabilidade no sono e uso contínuo de medicamentos, aumentou a probabilidade para péssima autoavaliação de saúde e adoecimentos²⁸.

Quanto à satisfação com a vida, mulheres e homens com nível funcional apoio/médio, com menor renda e com excesso de comprometimento no trabalho relataram estar insatisfeitas(os) com a vida. Erdogan e colaboradores²⁹ evidenciam que alguns estressores do trabalho podem ser vistos como obstáculos à satisfação com a vida para trabalhadores com sobrecarga de trabalho, mal remunerados e com vários em-

pregos, e pode ser visto como um desafio positivo entre os profissionais bem remunerados.

Em outros estudos, os investigadores também encontraram que as pessoas com menos recursos e oportunidades de trabalho são menos bem-sucedidas em atingir metas pessoais, portanto são mais infelizes e menos satisfeitas do que as pessoas com mais recursos e oportunidades³⁰.

Esses resultados podem ser explicados a partir do entendimento de que a satisfação com o salário é uma parte importante do domínio do trabalho. Além de satisfazer as necessidades financeiras, interpessoais, de poder e status, o trabalho também permite oportunidades para crescimento²⁹. No entanto, quando as(os) trabalhadoras(os) são mal remuneradas(os) por seu esforço, tal situação pode influenciar negativamente seu desempenho no trabalho e seu bem-estar²⁹. Os resultados corroboram estudos progressos, evidenciando que trabalhadores com posição socioeconômica mais baixa relatam maior DER no trabalho e sofrem com as consequências negativas para a saúde em consequência dessa exposição²².

Os achados deste estudo também apontam que mulheres e homens que estão insatisfeitas(os) com a vida relataram autoavaliação da saúde ruim. Outras pesquisas também encontraram diferenças de gênero nas relações dos processos de trabalho e saúde, evidenciando que tanto a saúde dos homens (exaustão emocional) quanto a das mulheres (autoavaliação ruim e exaustão emocional) são influenciadas pelo desequilíbrio entre vida pessoal e profissional^{27,31}.

Com relação à atividade física entre mulheres e homens, uma maior proporção de mulheres era fisicamente inativa e insatisfeita com a vida. Uma possível explicação para esse achado é que o estresse no trabalho pode resultar em fadiga, bem como em passividade e apatia geral, que podem interferir no lazer e impedir a implementação de intenções de exercício, aumentando a probabilidade de inatividade física no lazer³².

Corroborando os achados, Oshio e colaboradores⁵ apontam que o estresse no trabalho como consequência do desequilíbrio esforço-recompensa esteve associado ao aumento do risco de inatividade física no lazer entre os trabalhadores. Nessa perspectiva, é importante considerar os desafios enfrentados pelas mulheres, principalmente devido à divisão desigual do trabalho (remunerado e não remunerado) diante da complexa rede de responsabilidades doméstica, familiar e profissional^{11,33}. Desempe-

nhar diariamente uma jornada tripla de trabalho não é uma tarefa simples, pois a combinação de sentimentos que as mulheres têm em relação às diferentes cobranças impostas pela família e pela sociedade pode causar sentimento de culpa nas mulheres e ser potencializador para o sofrimento e o estresse emocional^{33,34}.

Esse resultado pode ser explicado pelos papéis sociais e familiares diferenciados que mulheres e homens exercem, influenciados pela cultura e pela organização social. Para mulheres, essa tripla jornada de trabalho pode influenciar em menor disponibilidade de tempo para cuidar da própria saúde e de oportunidades para atividades de lazer^{1,35,36}.

Outros estudos, ao analisarem a jornada do trabalho profissional junto à atividade doméstica e ao cuidado com os filhos, observaram que as mulheres são mais demandadas quanto ao uso de seu tempo do que os homens e são mais propensas a serem mães solteiras e cuidadoras dos próprios pais idosos, e tais condições são fatores de risco para adoecimento³⁷⁻³⁹.

Neste estudo, os resultados demonstraram que, entre as mulheres trabalhadoras com nível funcional superior/docente, as chances foram maiores para o desequilíbrio entre a percepção do alto esforço empregado e a baixa recompensa recebida no trabalho e menor satisfação com a vida do que entre aquelas com nível funcional apoio/médio. Entretanto, como o estudo foi realizado com servidoras(es) de instituições de pesquisa e ensino universitário, o ambiente de trabalho e as posições ocupadas por quem tem maior escolaridade podem envolver maior controle e ao mesmo tempo uma alta demanda do trabalho, com jornada semanal mais longa, com limites menos definidos entre as esferas privada e pública⁴⁰.

O nível funcional tem efeito modificador na associação investigada, com significância estatística entre as mulheres. A literatura aponta que, apesar do aumento da inserção feminina no trabalho remunerado, elas ainda vivenciam cenários de discriminação de gênero e autoridade desigual, reflexos de uma cultura patriarcal³³. Nesse contexto desafiador enfrentado pelas mulheres que ocupam cargos e posições de trabalho mais complexos, e que estão mais expostas às pressões e aos preconceitos relacionados ao gênero, ainda persiste na sociedade uma série de barreiras à sua inserção e à construção de suas carreiras. A situação pode se potencializar devido à crescente demanda por qualificação, atributo corriqueiro entre as mulheres com nível de escolaridade maior que estão inseridas no

ambiente de trabalho das universidades e instituições de pesquisa. Essas trabalhadoras cumprem, muitas vezes, três jornadas de trabalho: profissional, doméstica e educacional³⁴.

Mulheres que ocupam cargos de trabalho com nível superior apresentaram alto DER. Resultado semelhante foi encontrado em estudo com funcionárias públicas em Taiwan, no qual as mulheres relataram níveis mais elevados de estresse no trabalho em comparação aos homens⁴¹. Resultados semelhantes foram registrados por investigadores que encontraram que fatores psicossociais adversos no trabalho, como altas demandas de trabalho, podem ser fator de risco para resultados de saúde, incluindo auto-percepção da saúde ruim entre as mulheres⁴².

Outro estudo, também com participantes da coorte ELSA-Brasil, apontou que a falta de tempo para lazer e cuidados pessoais está associada a uma maior prevalência para conflito entre trabalho e família em mulheres, quando comparadas aos homens. Mulheres com escolaridade de nível superior também tiveram maiores chances para pior estado de saúde, quando comparadas a mulheres com menor escolaridade⁴³.

As mulheres que exerciam funções de nível apoio/médio também apresentaram associação entre desequilíbrio esforço-recompensa e insatisfação com a vida. Achados entre mulheres com exposição aos estressores do trabalho apontaram alto sofrimento psicológico e baixa autoestima devido a terem baixa autoridade e menos oportunidades de influenciar no processo de tomada de decisão no ambiente de trabalho do que os homens³⁷.

A associação principal encontrada neste estudo reforça a relevância do debate sobre os estressores do trabalho e a insatisfação com a vida entre mulheres e homens nos tempos modernos, em que as organizações se encontram em um ambiente globalizado e competitivo e a busca por resultados exige cada vez mais das(os) trabalhadoras(es) a capacidade de suportar cobranças e viver constantemente sob pressão. Devido às limitações inerentes a um estudo transversal, que impossibilita estabelecer a sequência temporal dos eventos, possíveis hipóteses de causalidade entre as variáveis poderão ser testadas em análises futuras na população da coorte ELSA-Brasil.

Ressalta-se que os dados deste estudo são oriundos de uma coorte de trabalhadores de instituições públicas brasileiras e, apesar de ter participantes de diferentes regiões do país, temos que ter parcimônia na interpretação desses resultados, pois podem não representar a popu-

lação geral. Trata-se de homens e mulheres que foram selecionados, muitos deles por concursos públicos, e são recompensados com relativa estabilidade no emprego e com mesmos planos de cargos e salários, o que teoricamente os colocam na mesma condição para trilharem suas carreiras. Entretanto, ainda há desigualdade no que refere à ocupação de cargos de chefia e coordenação, principalmente para as mulheres, devido ao conflito trabalho-família, estabelecido a partir da dificuldade de conciliar as demandas do trabalho remunerado e do trabalho de cuidado da família.

Conclusão

Os resultados apontaram que o estresse ocupacional, aferido pelo desequilíbrio esforço-recompensa, esteve associado à insatisfação com a vida entre mulheres e homens servidores públicos no Brasil. Mudanças nas relações de trabalho devem ser repensadas para promover maior uso das habilidades individuais e maior promoção de autonomia para as tomadas de decisão no trabalho, a fim de minimizar os estressores ocupacionais. Embora o nível funcional explique parte da associação observada entre mulheres, que vêm conquistando espaços anteriormente ocupados por homens, a interpretação dos resultados sob a perspectiva de gênero evidencia que a crescente e intensa busca por escolarização e qualificação como estratégias para inserção no mercado de trabalho e enfrentamento das desigualdades de gênero tem gerado estresse ocupacional e insatisfação com a vida.

Nessa perspectiva, a promoção de estratégias voltadas para a melhoria das condições de trabalho é fundamental e poderá trazer impactos positivos sobre a saúde e o bem-estar das mulheres. O contexto atual de mudanças nos processos e no ambiente de trabalho evidencia a importância de mais estudos sobre a temática, fundamentais e relevantes para o Brasil, uma vez que podem influenciar nas políticas públicas para desenvolver estratégias para mitigar os efeitos do estresse ocupacional. Faz-se necessária uma abordagem que contemple discussões sobre equidade de gênero no mercado de trabalho, além da compreensão dos diferentes estressores do trabalho que afetam a experiência de satisfação com a vida para diferentes tipos de trabalhadores, considerando que passamos a maior parte dos nossos dias em atividades laborais, sendo essencial entender a interface entre trabalho e satisfação com a vida.

Colaboradores

IMC Gentil: concepção do artigo e delineamento do estudo; coleta dos dados, manipulação estatística, análise e interpretação dos dados, redação do manuscrito, revisão crítica do conteúdo, busca bibliográfica, formatação e adequação às normas da revista e aprovação da versão final. KA Pinto: revisão e orientação crítica do conteúdo intelectual; contribuição na análise estatística e manipulação dos dados, revisão final do manuscrito e formatação às normas da revista. MCC Almeida: elaboração da base dos dados e revisão crítica do conteúdo. YF Mise: análise e manipulação dos dados, interpretação dos dados, redação do manuscrito e revisão final do manuscrito. RH Griep: na revisão crítica do conteúdo e revisão final do manuscrito. SMA Matos: análise e interpretação dos dados, e contribuiu na manipulação dos dados. MJM Fonseca: revisão crítica do conteúdo. MMC Almeida: orientou a pesquisa desde a sua concepção; validação metodológica; revisão e orientação crítica do conteúdo intelectual; contribuição na análise estatística e manipulação dos dados e aprovação da versão final para publicação.

Financiamento

Ministério da Saúde (Departamento de Ciência e Tecnologia). Ministério de Ciência e Tecnologia (Gabinete de Financiamento de Estudos e Projetos e Conselho Nacional de Pesquisa CNPq).

Declaração de disponibilidade de dados

As fontes de dados utilizados na pesquisa estão indicadas no corpo do artigo.

Referências

1. Basu S, Qayyum H, Mason S. Occupational stress in the ED: A systematic literature review. *Emerg Med J*. 2017;34(7):441-7.
2. Redondo-Flórez L, Tornero-Aguilera JF, Ramos-Campo DJ, Clemente-Suárez VJ. Gender Differences in Stress-And Burnout-Related Factors of University Professors. *Biomed Res Int*. 2020; 2020:6687358.
3. Pan B, Shen X, Liu L, Yang Y, Wang L. Factors associated with job satisfaction among university teachers in northeastern region of China: a cross-sectional study. *Int J Environ Res Public Health* 2015; 12(10):12761-12775.
4. Lu Y, Hu XM, Huang XL, Zhuang XD, Guo P, Feng LF, Hu W, Chen L, Zou H, Hao YT. The relationship between job satisfaction, work stress, work-family conflict, and turnover intention among physicians in Guangdong, China: a cross-sectional study. *BMJ Open* 2017; 7(5):e01489.
5. Oshio, T, Tsutsumi, A, Inoue, A. The association between job stress and leisure-time physical inactivity adjusted for individual attributes: Evidence from a Japanese occupational cohort survey. *Scand J of Work Environ Heal* 2016; 42(3):228-236.
6. Hsu YY, Bai CH, Yang CM, Huang YC, Lin TT, Lin CH. Long Hours' Effects on Work-Life Balance and Satisfaction. *Biomed Res Int*. 2019; 2019:5046934.
7. Pinto KA, Griep RH, Rotenberg L, Almeida MCC, Barreto RS, Aquino EML. Gender, time use and overweight and obesity in adults: Results of the Brazilian Longitudinal Study of Adult Health (ELSA-Brasil). *PLoS One* 2018; 13(3):e0194190.
8. Buonomo I, Fiorilli C, Romano L, Benevene P. The roles of work-life conflict and gender in the relationship between workplace bullying and personal burnout. A study on Italian school principals. *Int J Environ Res Public Health* 2020; 17(23):1-17.
9. Diener E, Lucas RE, Oishi S. Advances and open questions in the science of subjective well-being. *Collabra Psychol* 2018; 4(1):15.
10. Zuckerman M, Li C, Diener EF. Societal conditions and the gender difference in well-being: Testing a three-stage model. *Personal Soc Psychol Bull* 2017; 43(3):329-336.
11. Silva MRMS, Mendonça H, Zanini DS. Diferenças de gênero e valores relativos ao trabalho. *Paid (Ribeirão Preto)* 2010; 20(45):39-45.
12. Aquino EM, Barreto SM, Bensenor IM, Carvalho MS, Chor D, Duncan BB, Lotufo PA, Mill JG, Molina Mdel C, Mota EL, Passos VM, Schmidt MI, Szklo M. Brazilian Longitudinal Study of Adult Health (ELSA-Brasil): objectives and design. *Am J Epidemiol* 2012; 175(4):315-324.
13. Bensenor IM, Griep RH, Pinto KA, Faria CP, Felisbino-Mendes M, Caetano EI. Routines of organization of clinical tests and interviews in the ELSA-Brasil investigation center. *Rev Saude Publica* 2013; 47(Supl. 2):37-47.
14. Araújo TM, Siegrist J, Moreno AB, de Jesus Mendes da Fonseca M, Barreto SM, Chor D, Griep RH. Effort-Reward Imbalance, Over-Commitment and Depressive Episodes at Work: Evidence from the ELSA-Brasil Cohort Study. *Int J Environ Res Public Health* 2019; 16(17):3025.

15. Ren C, Li X, Yao X, Pi Z, Qi S. Psychometric properties of the effort-reward imbalance questionnaire for teachers (Teacher ERIQ). *Front Psychol* 2019; 10:2047.
16. Santos RS, Griep RH, Fonseca MJM, Chor D, Santos IS, Melo ECP. Combined Use of Job Stress Models and the Incidence of Glycemic Alterations (Prediabetes and Diabetes): Results from ELSA-Brasil Study. *Int J Environ Res Public Health*.2020; 17(5):1539.
17. Siegrist J. Effort-reward imbalance at work - theory, measurement and evidence [Internet]. 2012 [cited 2024 fev 11]. Available from: https://www.uniklinik-duesseldorf.de/fileadmin/Fuer-Patienten-und-Besucher/Kliniken-Zentren-Institute/Institute/Institut_fuer_Medizinische_Soziologie/Dateien/ERI-Website.pdf
18. Siegrist J, Marmot M. Health inequalities and the psychosocial environment - two scientific challenges. *Soc Sci Med* 2004; 58(8):1463-1473.
19. Diener E, Emmons RA, Larsen RJ, Griffin S. The satisfaction with life scale. *J Pers Assess* 1985; 49(1):71-75.
20. Matsudo S, Araújo T, Matsudo V, Andrade D, Andrade E, Oliveira LC, Braggion G. Questionário Internacional de Atividade Física (Ipaq): estuço de validade e reprodutibilidade no Brasil. *Rev Bras Ativ Fis Saude* 2012; 6(2):5-18.
21. Hagmaier T, Abele AE, Goebel K. How do career satisfaction and life satisfaction associate? *J Manag Psychol* 2018; 33(2):142-160.
22. Kouvonen A, Kivimäki M, Virtanen M, Heponiemi T, Elovainio M, Pentti J, Linna A, Vahtera J. Effort-reward imbalance at work and the co-occurrence of lifestyle risk factors: cross-sectional survey in a sample of 36,127 public sector employees. *BMC Public Health* 2006; 6:24.
23. Siegrist J, Dragano N. Psychosoziale Belastungen und Erkrankungsrisiken im Erwerbsleben: Befunde aus internationalen Studien zum Anforderungs-Kontroll-Modell und zum Modell beruflicher Gratifikationskrisen. *Bundesgesundheitsblatt Gesundheitsforsch Gesundheitsschutz* 2008; 51(3):305-312.
24. Watanabe M, Tanaka K, Aratake Y, Kato N, Sakata Y. The impact of effort-reward imbalance on quality of life among Japanese working men. *Ind Health* 2008; 46(3):217-222.
25. Sousa CC, Araújo TM, Lua I, Gomes MR, Freitas KS. Job dissatisfaction, psychosocial aspects, personal satisfaction, and mental health of male and female health workers. *Cad Saude Publica* 2021; 37(7):e00246320.
26. Jonge J, Bosma H, Peter R, Siegrist J. Job strain, effort-reward imbalance and employee well-being: a large-scale cross-sectional study. *Soc Sci Med* 2000; 50(9):1317-1327.
27. Darboe A, Lin IF, Kuo HW. Effort-reward imbalance and self-rated health among Gambian healthcare professionals. *BMC Health Serv Res* 2016; 16:125.
28. Silva LS, Barreto SM. Adverse psychosocial working conditions and poor quality of life among financial service employees in Brazil. *J Occup Health* 2012; 54(2):88-95.
29. Erdogan B, Bauer TN, Truxillo DM, Mansfield LR. Whistle while you work: a review of the life satisfaction literature. *J Manage* 2012; 38(4):1038-1083.
30. Tesch-Römer C, Motel-Klingebiel A, Tomasik MJ. Gender differences in subjective well-being: comparing societies with respect to gender equality. *Soc Indic Res* 2008; 85(2):329-349.
31. Lunau T, Bambra C, Eikemo TA, Van Der Wel KA, Dragano N. A balancing act? Work-life balance, health and well-being in European welfare states. *Eur J Public Health* 2014; 24(3):422-427.
32. Heikkilä K, Fransson EI, Nyberg ST, Zins M, Westerlund H, Westerholm P, Virtanen M, Vahtera J, Suominen S, Steptoe A, Salo P, Pentti J, Oksanen T, Nordin M, Marmot MG, Lunau T, Ladwig KH, Koskenvuo M, Knutsson A, Kittel F, Jöckel KH, Goldberg M, Erbel R, Dragano N, DeBacquer D, Clays E, Casini A, Alfredsson L, Ferrie JE, Singh-Manoux A, Batty GD, Kivimäki M; IPD-Work Consortium. Job strain and health-related lifestyle: Findings from an individual-participant meta-analysis of 118 000 working adults. *Am J Public Health* 2013; 103(11):2090-2097.
33. Yeh WY, Chiu WC, Chen RY, Hu PY, Tsai DM. A preliminary evaluation of psychological stress amongst workers in Taiwan: a cross-sectional survey. *Int J Ment Health Syst* 2019; 13(1):1-17.
34. Vieira A, Amaral GA. A arte de ser Beija-Flor na tripla jornada de trabalho da mulher. *Saude Soc* 2013; 22(2):97-107.
35. United Nations (UN). *Gender, Health and Ageing*. New York: UN; 2003.
36. Zanchetta LM, Barros MBA, César CLG, Carandina L, Goldbaum M, Alves MCGP. Physical inactivity and associated factors in adults, São Paulo, Brazil. *Rev Bras Epidemiol* 2010; 13(3):387-399.
37. Bilodeau J, Marchand A, Demers A. Psychological distress inequality between employed men and women: a gendered exposure model. *SSM Popul Health* 2020; 11:100626.
38. Koura U, Sekine M, Yamada M, Tatsuse T. The health effects of work-family conflict in men and women japanese civil servants: a longitudinal study. *Ind Health* 2020; 58(5):423-432.
39. Araújo TM, Godinho TM, Reis EJFB, Almeida MMG. Diferenciais de gênero no trabalho docente e repercussões sobre a saúde. *Cien Saude Colet* 2006; 11(4):1117-1129.
40. Pinto KA. *Gênero e conflito entre trabalho e família: relação com a saúde física e mental de adultos no Brasil [tese]*. Salvador: UFBA; 2013.
41. Tseng PC, Lin PY, Liang WM, Lin WY, Kuo HW. Effort-reward imbalance and job strain index associated with health-related quality of life for civil servants in a national survey: the mediation effect of job support and over-commitment. *Int J Occup Med Environ Health* 2022; 35(4):425-436.
42. Solis-Soto MT, Schön A, Parra M, Radon K. Associations between effort-reward imbalance and health indicators among school teachers in Chuquisaca, Bolivia: a cross-sectional study. *BMJ Open* 2019; 9(3):e025121.

43. Griep RH, Toivanen S, van Diepen C, Guimarães JMN, Camelo LV, Juvanhol LL, Aquino EM, Chor D. Work-Family Conflict and Self-Rated Health: the Role of Gender and Educational Level. Baseline Data from the Brazilian Longitudinal Study of Adult Health (ELSA-Brasil). *Int J Behav Med* 2016; 23(3):372-382.

Artigo apresentado em 13/05/2024

Aprovado em 05/10/2024

Versão final apresentada em 07/10/2024

Editores-chefes: Maria Cecília de Souza Minayo, Romeu Gomes, Antônio Augusto Moura da Silva, Vania de Matos Fonseca