

## **ÁREA 7 – GESTÃO DE PESSOAS**

**“EU NÃO DESLIGO DO MEU TRABALHO, O MEU TRABALHO É A  
MINHA VIDA”: FATORES PSICOSSOCIAIS DO CONTEXTO  
LABORAL DE STREAMERS**

## RESUMO

Os *Streamers* são uma nova categoria de profissionais que surgem com as diversas evoluções e mudanças tecnológicas, impactando o mercado de trabalho, cultura e sociedade na totalidade. As longas jornadas de trabalho, equilíbrio trabalho-família, assédio e instabilidade financeira, são aspectos que permeiam a vida desses profissionais, potencialmente auxiliando para o desenvolvimento pessoal ou até mesmo contribuindo para o adoecimento, a depender da percepção do trabalhador. O presente trabalho visou compreender os fatores psicossociais que permeiam o contexto laboral de *Streamers*. Cinco profissionais foram entrevistados e os dados submetidos à análise textual discursiva. Verificou-se variadas percepções a respeito da autocobrança, poucas pausas durante as transmissões, alta demanda de horas investidas no trabalho, instabilidade financeira e seguridade trabalhista, dentre outros sacrifícios, que estão atravessados nessa atividade profissional. Aspectos que reforçam a necessidade da realização de mais pesquisas a respeito dessa categoria profissional, principalmente abrangendo maior número amostral, assim como o restante dos profissionais que produzem conteúdo online.

**Palavras-chave:** psicologia; saúde ocupacional; fatores de risco; riscos ocupacionais; jogos de vídeo.

## ABSTRACT

Streamers are a new category of professionals that emerge with the various technological evolutions and changes, impacting the job market, culture and society as a whole. Long working hours, work-family balance, harassment and financial instability are aspects that permeate the lives of these professionals, potentially helping with personal development or even contributing to illness, depending on the worker's perception. The present work aimed to understand the psychosocial factors that permeate the work context of Streamers. Five professionals were interviewed and the data was subjected to discursive textual analysis. There were varied perceptions regarding self-demand, few breaks during transmissions, high demand for hours invested in work, financial instability and labor security, among other sacrifices, which are involved in this professional activity. Aspects that reinforce the need to carry out more research regarding this professional category, mainly covering a larger sample size, as well as the rest of the professionals who produce online content.

**Keywords:** psychology; occupational health; risk factors; occupational risks; video games.

## 1 INTRODUÇÃO

Devido às diversas mudanças e transformações no mercado de trabalho, nota-se o surgimento de novas profissões, como, jogadores profissionais de *eSports*, *Streamers*, *Youtubers* e outros tipos de criadores de conteúdo em diversas plataformas *online*. Os *Streamers* são os profissionais que criam diversos tipos de conteúdo através das plataformas *streaming*.

O mercado de transmissões ao vivo por *streaming* se torna cada vez mais atrativo, considerando que os consumidores investem cerca de 13 horas em redes sociais e 12 horas em plataforma de jogos semanalmente, com a geração Z estando mais engajada com jogos e mundos virtuais do que a televisão, assim como as pessoas lerem, jogarem ou criarem conteúdo, em média, por cerca de 4,3 horas diariamente (Newzoo International B.V., 2023). Podemos citar a plataforma *Twitch* como uma das líderes de *streaming* de jogos no momento, em uma análise realizada pela *Streamlabs* e *Stream Hatched*, no primeiro quarto de 2020, de 8,77 bilhões de horas assistidas, a *Twitch* foi detentora de 6,34 bilhões de horas, representando 72,3% do mercado de visualizações (Streamlabs, 2022).

Pode-se cogitar que seu crescimento expressivo nos últimos anos foi impulsionado pela pandemia da covid-19, ao ser uma das limitadas opções de entretenimento e contato social disponíveis durante o isolamento domiciliar. Analisando estatísticas da *Twitch*, em 2015, houve uma média total de cerca de 1,8 milhões de *Streamers* ativos, já em 2023, até o mês de abril<sup>1</sup>, houve uma média de aproximadamente 1,1 milhões de *Streamers* ativos diariamente, sendo a média total de *Streamers* ativos no mês de abril aproximadamente 7,2 milhões (Twitchtracker, 2023).

Os *Streamers* podem ser caracterizados como criadores de conteúdo que utilizam plataformas de *streaming* para realizar transmissões ao vivo pela *internet*, similar à televisão ao vivo, pois cada pessoa pode criar seu próprio canal e produzir o conteúdo que quiser, geralmente, filmando a si enquanto desempenha seu trabalho (Oliveira, 2021). Os principais meios de remuneração são inscrições no canal, doações dos espectadores e parcerias com a plataforma de *streaming* ou patrocínios, reproduzindo e realizando propagandas (Galindo, 2021).

Acessando a *Twitch*, pode-se observar que além de canais que produzem conteúdos exclusivamente sobre jogos digitais, há diversos canais oferecendo conteúdos diferentes, como, por exemplo, passeios a cavalo, pintura e arte, música, humor, *podcasts*, meditação, dentre outros, a depender da criatividade do *Streamer*. A transmissão ao vivo (*live streaming*) de jogos eletrônicos, por sua vez, é uma espécie de rede social com vídeo em tempo real, integrando aspectos de transmissão tradicional e jogos online (Li et al., 2020).

Os fatores psicossociais são elementos presentes em situações de trabalho relacionadas à forma como o trabalho está organizado, ao tipo de cargo, realização da tarefa e até mesmo ao ambiente laboral, afetando a saúde dos trabalhadores e o desenvolvimento de suas tarefas. São aspectos do trabalho que atravessam nossa vida, com o potencial de auxiliar ou prejudicar a qualidade de vida e bem-estar, assim como a atividade e desempenho laboral (Gil-Monte, 2012). Quando esses fatores são percebidos negativamente pelo trabalhador, podem se transformar em riscos para a saúde (Renier; Storti; Sticca, 2022). Portanto, os *Streamers* podem estar sujeitos a diversos riscos psicossociais em seu contexto laboral.

---

<sup>1</sup> Dados coletados no mês de maio/2023

A extrema autocobrança dos criadores de conteúdo para produzir, tanto em qualidade, quanto em quantidade, resultando em transmissões longas de 12 a 15 horas, sem descanso e alimentação, a fim de acelerar o crescimento de seus canais nas plataformas de *streaming*, são aspectos a serem considerados (Oliveira, 2021). Assim como o uso intenso das plataformas de *streaming* e redes sociais na tentativa de obter ganho financeiro, interação com outros usuários e autopromoção do canal, o que pode contribuir para o vício em jogos, ou até mesmo vício no trabalho, que envolve jogar jogos digitais para produzir conteúdo (Galindo, 2021; Griffiths, 2017).

O assédio e o cancelamento são fatores atravessados no trabalho dos criadores de conteúdo. Alguns *Streamers* criam uma identidade fictícia como forma de proteção devido à grande exposição na *internet*, o que, por vezes, pode limitá-los, no sentido de não poderem se expressar como realmente desejam, com medo de serem cancelados e assediados por revelarem suas verdadeiras opiniões (Oliveira, 2021).

O acompanhamento das estatísticas do próprio canal a fim de acompanhar seu crescimento, ou até mesmo perda de seguidores, assim como a pressão constante de produzir conteúdo e interagir com os espectadores. Juntamente com a exposição constante, que pode levar ao cancelamento nas redes sociais, são alguns fatores que circulam o campo laboral dos *Streamers* e que podem contribuir para o sofrimento e adoecimento desses trabalhadores (Oliveira, 2021).

A partir de uma busca em bases de dados, como, *BVS*, *Scielo* e *Google Scholar* realizada em 2023 com os descritores (ou palavras-chave) saúde do trabalhador, riscos ocupacionais, *streamer*, nota-se que não há pesquisas no Brasil sobre riscos psicossociais abrangendo os criadores de conteúdo que utilizam plataformas de entretenimento *online* voltados para jogos eletrônicos, os *Streamers*. Os estudos que têm sido realizados abordam diferentes aspectos, como, compreensão do fenômeno pelo viés psicológico; análise das interações e relações envolvidas na atividade, como as interações ou relacionamentos parassociais; assim como a compreensão das motivações, tanto dos *Streamers*, como de espectadores, por trás do *streaming* (Törhönen et al., 2021). Em uma revisão sistemática de literatura encontrada, são abordados os fatores de impacto sobre o engajamento de usuários em transmissões ao vivo de jogos eletrônicos, podendo-se observar pesquisas acerca da interação social entre *Streamer* e espectador, assim como fatores motivacionais envolvidos, participação e comportamento da audiência, mas desconsiderando fatores motivacionais e de recompensa (Li et al., 2020), ou seja, não são abordados outros aspectos da relação do *Streamer* com seu trabalho.

Considerando o crescimento da área do entretenimento online e novas possibilidades de emprego, torna-se importante estudar a respeito da saúde desses trabalhadores emergentes e sua configuração de trabalho. A presente pesquisa visou compreender os fatores psicossociais do contexto laboral de criadores de conteúdo de jogos eletrônicos que produzem seu conteúdo por meio de plataformas de *streaming*, os *Streamers*, investigando a relação entre os fatores psicossociais desse contexto e efeitos na saúde mental, assim como possíveis sinais de assédio e *cyberbullying*, fatores de proteção e estratégias de enfrentamento (*coping*) utilizadas pelos *Streamers*.

A presente pesquisa configura-se um estudo qualitativo e descritivo. Os dados foram coletados por meio de entrevistas baseadas em um roteiro semiestruturado, considerando dados sociodemográficos, laborais e condições de saúde, que ocorreram em setembro de 2023. O material coletado foi analisado por meio da análise textual discursiva, sendo estabelecidas categorias *a priori* baseadas nos estudos sobre o tema proposto para a realização da presente pesquisa. Sendo as categorias

estabelecidas, as quatro categorias abrangentes de riscos psicossociais estipuladas por Gil-Monte (2012), sendo estas, as características das tarefas desempenhadas, características da organização, características do emprego, e organização da jornada de trabalho, e uma quinta categoria conforme um dos objetivos específicos do estudo.

## 2 MÉTODO

### *Participantes*

A presente pesquisa possui caráter qualitativo, contando com a participação de cinco *Streamers* que atendiam aos critérios de inclusão previamente definidos: Atuar há pelo menos seis meses na função, como atividade profissional principal, residir no Brasil, ter como objetivo gerar renda, utilizar plataformas *streaming*, jornada de trabalho mínima de 30 horas semanais, produzir seu conteúdo majoritariamente através de jogos eletrônicos. Além disso, *Streamers* menores de 18 anos e que não utilizavam a *Twitch* para produzir seu conteúdo foram excluídos do processo.

Tratou-se de uma amostra não probabilística por conveniência, sendo convidados os cinco primeiros *Streamers* que estavam em destaque em cada um dos gêneros presentes na categoria de jogos no *site da Twitch*<sup>2</sup>, sendo estes, oito gêneros: Jogo de tiro; RPG; Ação e Aventura; MOBA e Estratégia; Terror; Corrida e esportes; Jogos de cartas e tabuleiros; Luta. Os pesquisadores entraram na plataforma do *Twitch* no período de julho a setembro, enviando convites por *e-mail* para os *Streamers*, realizando posteriormente as combinações para as entrevistas no mês de setembro. A Tabela 1 apresenta a caracterização dos *Streamers* participantes da pesquisa.

**Tabela 1: Caracterização dos participantes da pesquisa**

Entrevistado	Sexo	Idade	Tempo de carreira (Total)	Tempo de carreira (Exclusivamente como streamer)	Categoria de jogo utilizado	Carga horária semanal aproximada
E1	Masculino	30	9 anos	8 anos	Jogos de carta	30h
E2	Masculino	32	10 anos	8 anos	RPG	75h
E3	Masculino	27	3 anos	2 anos	RPG	70h
E4	Masculino	33	5 anos	4 anos	Luta	60h
E5	Masculino	24	8 anos	8 anos	MOBA	60h

Fonte: Autores (2024).

*Streamers* tinham idades entre 23 e 33 anos, todos cumprindo mais de 30h de trabalho semanais. Além dos dados apresentados na Tabela 1, também se identificou que o tempo médio de transmissão entre os entrevistados variou bastante, indo de seis horas até dezesseis horas.

<sup>2</sup> <https://www.twitch.tv/directory/gaming>

## ***Instrumentos***

Foram utilizados dois instrumentos para coleta de dados: (1) questionário de dados sociodemográficos, com questões relacionadas à idade, sexo, escolaridade e estado civil, além de dados como tempo de carreira, carga horária semanal; e (2) uma entrevista individual semiestruturada a partir de questões norteadoras baseadas nas dimensões de fatores de risco psicossociais propostas por Gil-Monte (2012), sendo os questionamentos “Quais são os aspectos positivos e negativos do seu trabalho?”, “Você tem autonomia para produzir o conteúdo que quiser? Ou é necessário seguir os conteúdos do momento?”, “Sente-se sobrecarregado? Qual a média de tempo de suas transmissões?”, “Consegue se desligar do trabalho? Como você concilia trabalho, vida pessoal e familiar?”, e “Como avalia sua saúde? Acredita que seu trabalho contribui positiva ou negativamente para sua saúde?”.

## ***Procedimentos éticos e coleta de dados***

Os *Streamers* receberam, juntamente com o convite para participar da pesquisa, informações a respeito dos objetivos, métodos e questões éticas. Após o consentimento e assinatura eletrônica do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), foram agendadas as entrevistas, com horário escolhido pelos participantes. A entrevista foi conduzida pelo primeiro autor do artigo, sob orientação da segunda — doutora em psicologia, experiente na área de pesquisa. No início da entrevista, foram reforçados os combinados a respeito do sigilo e pedido a permissão para gravar o áudio do encontro. Respeitando e atendendo às exigências éticas estipuladas na Resolução n.º 466/2012 e Resolução n.º 510/2016, do Conselho Nacional de Saúde (CNS), a respeito das normativas sobre a realização de pesquisas envolvendo seres humanos. Sendo a presente pesquisa aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade, sob parecer número 6.186.872 (CAAE: 71053623.1.0000.5310). Os participantes da pesquisa foram identificados com abreviação da palavra “entrevistado” (“E”), seguido por um número indicando a ordem em que ocorreram as entrevistas, a fim de preservar a privacidade e confidencialidade dos dados utilizados.

## ***Análise de dados***

Os dados coletados por meio do questionário foram utilizados para caracterizar os participantes da pesquisa, já os provenientes das entrevistas foram submetidos à análise textual discursiva, seguindo um ciclo de 3 etapas: unitarização, categorização e compreensão/comunicação dos dados (Moraes, 2003). Inicialmente, foi realizada a transcrição literal da gravação das entrevistas, para posteriormente desconstruir e interpretar os dados, categorizando-os dentro de cinco categorias estabelecidas *a priori*, sendo elas sobre os riscos psicossociais de Gil-Monte (2012) e uma conforme um dos objetivos específicos do estudo, nomeada “Fatores de proteção e estratégias de enfrentamento”. Assim, os dados foram sendo interpretados, tecendo as percepções dos entrevistados em paralelo com o referencial teórico dentro de cada categoria da pesquisa.

## **Resultados e discussão**

Os entrevistados, apesar de suas idades serem próximas, possuem tempos de carreira variados, assim como a carga horária semanal ampla, variando de 30 horas a 75 horas semanais, dados obtidos por meio da própria plataforma da *Twitch*, proveniente da média de horas transmitidas no mês, ou seja, não foi contabilizado o tempo trabalhado fora das transmissões. Considerando as idades e tempos de carreira dos participantes da pesquisa, pôde-se colher diversas opiniões a respeito dos fatores atravessados no dia a dia dos *Streamers*. Os relatos foram reunidos dentro de cinco categorias abrangentes, sendo estas: características das tarefas desempenhadas, características da organização, características do emprego, organização da jornada de trabalho, e fatores de proteção e estratégias de enfrentamento.

### **Características das tarefas desempenhadas**

Esta categoria abrange, segundo Gil-Monte (2012), a quantidade de trabalho executada pelo indivíduo, a monotonia e repetição de tarefas no ambiente de trabalho, assim como o ritmo laboral e autonomia do trabalhador. Considerando os avanços tecnológicos, assim como em novos processos de produção e prestação de serviços emergentes (Jacinto; Tolfo, 2017), observa-se, na profissão dos *Streamers* e nos discursos coletados, o elevado número de atividades que precisam ser realizadas ao mesmo tempo, a fim de cativar a audiência, trazendo público para seu canal e garantir sua renda, resultando em um ritmo acelerado de trabalho, conforme recortes que seguem:

“Muitas vezes você precisa fazer muitas coisas ao mesmo tempo, e acaba sendo difícil conciliar tudo” (E1), “A parte negativa é que realmente para você entreter, manter a atenção, exige um grande esforço, porque são todos os dias” (E2), “Atualmente eu faço *stream* e tento fazer conteúdo para o *YouTube* e todo o resto né, todas redes sociais, eu sinto que às vezes, por mais que eu tenha tempo livre, parece que a todo momento eu tô precisando fazer alguma coisa” (E4), “Tem que ficar o tempo inteiro produzindo conteúdo, no momento, no cenário do meu jogo, eu sou a única pessoa que produz conteúdo para todas as redes, eu tenho todas as redes sociais mega movimentadas, eu tô sempre produzindo conteúdo, pro *YouTube*, *Instagram*, grupo de alunos, porque eu vi que precisava criar uma forma de monetizar a grana, então é o tempo todo tendo que pensar, produzir e fazer, ser criativo, porque é muito fácil as pessoas te esquecerem” (E5).

Considerando o exposto, deve-se notar que a popularidade do jogo, as habilidades do criador de conteúdo, assim como se o mesmo é um jogador profissional, são fatores que influenciam na escolha do canal a ser assistido pela audiência, que muitas vezes visa adquirir conhecimento e aprender habilidades relacionadas a determinado jogo enquanto assistem (Li et al., 2020). Pode-se realizar a relação das falas dos entrevistados com o esforço requerido para manter-se competitivo na plataforma de *streaming*, para se tornar mais relevante dentro de sua categoria de jogo escolhido, captando mais audiência, sendo necessária a habilidade para entreter e manter o público.

Em relação às estratégias e formas para captar mais audiência, uma delas é utilizar os jogos que estão em alta para obter números maiores de espectadores. Assim, os achados de Deng et al. (2015), de que os 10 jogos mais jogados na *Twitch* captam cerca de 64% de todos os usuários, restando, para os outros jogos, uma audiência média de 100 pessoas ou menos, reforçam as falas dos *Streamers* a

respeito da dificuldade que sentem para ganhar notoriedade em algum jogo, além de manter sua audiência quando desejam diversificar e jogar outro jogo para sair da repetitividade de seu trabalho:

“O sonho de todo criador de conteúdo é poder ficar livre, poder fazer o que quiser, mas são raríssimas as exceções de pessoas que conseguem fazer isso, são pessoas realmente gigantes que tem milhares, talvez milhões de seguidores, mas vários outros normalmente são nichados em um jogo só, dá para contar nos dedos quantos *Streamers* hoje podem abrir uma live de qualquer coisa e não se preocupar com isso, às vezes tu até pode se dar o luxo, mas por algumas horas só ou por um dia, mas não sempre” (E1), “Eu acho que são poucas pessoas hoje no ramo da *Twitch* brasileira que consegue fazer isso, eu e meus colegas fizemos uma pesquisa e percebemos que no Brasil os *Streamers* tem muita dificuldade de jogar o que quer, isso é para poucos, no Brasil a gente vê que sua cara tá sempre atrelada a um mesmo jogo, e se você sai do jogo, o público tende a não ir junto, salvo as exceções” (E2), “Demorei muito pra perceber que não dava pra jogar outra coisa além do meu jogo principal, a galera não assiste mesmo não, e isso não é só uma questão minha, outros caras também do mesmo jogo, a não ser que você tenha uma personalidade muito forte, a galera não vai te ver jogando outra coisa” (E5).

O desenvolvimento de diferentes habilidades sociais e do próprio jogo para satisfazer a audiência são fatores que permeiam o trabalho dos *Streamers*, por serem habilidades necessárias para manter a audiência engajada e fiel ao canal (Li et al., 2020; Gandhi et al., 2021). Assim, a sensação de estar preso a um jogo específico para produzir conteúdo, a monotonia e falta de autonomia podem contribuir para o estresse, futuro adoecimento, desmotivação e estagnação no trabalho, tomando como base outras categorias profissionais (Serafim et al., 2012).

Tais fatores impactam não só o desempenho do *Streamer* em suas tarefas, como também na forma como ele é percebido pelo seu público, pois a imagem que o criador de conteúdo passa na sua transmissão (se motivado, animado, quieto ou zangado) impacta em seu bate-papo, influenciando no modo como os espectadores interagem entre si, inclusive podendo criar uma comunidade e senso de união em torno do *Streamer* (Gandhi et al., 2021; Li et al., 2020). Sobretudo, considerando o exposto nesta seção, deve-se atentar para a sobrecarga no trabalho, monotonia, poucas pausas e outros fatores citados que, percebidos como negativos pelos trabalhadores, podem ter efeitos tanto na produtividade, quanto na saúde do profissional e seu desenvolvimento pessoal (Luna; Gondim, 2021).

### **Características da organização**

Esta categoria engloba aspectos como o sistema de hierarquia na organização, canais existentes de comunicação e informação, estilos de liderança, relações interpessoais e desenvolvimento de carreira (Gil-Monte, 2012). Percebe-se, nesta categoria, relatos favoráveis a respeito das relações interpessoais e comunidades que os *Streamers* conseguem criar em seu meio, inclusive conseguindo desenvolver suas habilidades sociais por meio de seu trabalho:

“Tu sempre tá com alguém, tu sempre tem uma companhia junto contigo” (E1), “O melhor aspecto é as conexões com as pessoas diariamente” (E2), “Eu gosto do contato com as pessoas, eu gosto de criar essas comunidade, ter essa interação” (E4), “Outro ponto positivo é, como estamos sempre em contato com pessoas, tem que ser desenvolvido uma habilidade de lidar com pessoas, entender pessoas, e ter paciência com pessoas” (E5), “Tô gostando da evolução, eu era, sou bem tímido e tal, parecia que eu era um pouco grosso com o pessoal, eu não chegava e cumprimentava os outros, meio que chegava e ficava na minha, hoje em dia não, eu já tenho a noção de chegar e cumprimentar” (E3).

As passagens supracitadas ressaltam o aspecto positivo ou negativo que os fatores psicossociais podem ter na vida do trabalhador, a depender da perspectiva do profissional sobre tal aspecto do trabalho (Álvarez, 2012). Neste caso, sendo favoráveis, auxiliam o profissional a se relacionar melhor com seu público, contribuindo para sua qualidade de vida no trabalho e aumentando sua produtividade (Jacinto; Tolfo, 2017), facilitando a interação com os espectadores enquanto jogam.

Em contrapartida, ao considerar o senso de comunidade e relações criadas nesse meio, os entrevistados também expuseram seu ponto de vista acerca da possibilidade de trabalhar com outros *Streamers*, revelando instabilidade do cenário e relações:

“Eu tenho senso de comunidade, mas eu também tenho essa noção que a vida passa para os outros, eu acho que o meu negócio tá por se manter até a velhice, porque você não vai ter 40~45 anos, você vai tá criando um monte de comunidade de moleque ali de 18, 20, 25 anos pra ficar na *live* ali contigo sabe, tipo eu sinto que sou apoiado, sou muito grato por quem me apoia ali, mas sei que pode acabar assim de um dia para o outro” (E4), “É muito esquisito esse meio, a pessoa quer te ver bem, mas não melhor que ela, quer fazer algo junto? Mais ou menos, tem gente que quer, tem gente que não quer tanto, só fala, essa é a verdade, infelizmente” (E1), “É gente que um dia ta super chegado seu, e alguém fala alguma coisa que não é verdade, aí o cara vira as costas pra você, é gente tentando te foder porque não quer ver você com número bom e ganhando grana, é *Streamer* abrindo *live* pra falar mal de você, você ta fazendo o teu e tem uma galera ali te desejando coisas horríveis pra que você se foda, aí pra terminar, os *viewers* também complementam nisso, porque tem muito invejoso te assistindo, aí ele ta na sua *live* só pra te dar *hate*” (E5).

Os relatos evidenciam relacionamentos interpessoais com outros *Streamers* e conflitos que podem contribuir para consequências negativas nas vidas dos trabalhadores, como, por exemplo, *burnout*, falta de motivação, ansiedade, depressão, desempenho reduzido e absenteísmo (Guimarães, 2013; Serafim et al., 2012). Em relação ao assédio moral que os *Streamers* podem sofrer em seu trabalho, deve-se apontar o seu efeito nocivo não só para o trabalhador, suas relações sociais e familiares, mas também para a organização, pois, além de afetar diversas áreas da vida do indivíduo, contribui para a ausência do trabalhador, menor motivação e satisfação laboral, precarizando o resultado do trabalho (Gonçalves et al. 2020).

Ademais, notam-se outros aspectos provenientes do desenvolvimento de carreira presentes no cenário dos *Streamers*, inclusive, relatos de estarem perdidos, sem ter um norte de como proceder, como crescer e manter seu canal, recorrendo aos números e estatísticas como únicos meios para avaliar seu desempenho:

“Geralmente nos empregos, quanto mais você se profissionaliza, melhor você ganha dependendo do ramo, aqui não, hoje a sua *stream* pode ta boa, amanhã pode ta ruim” (E2), “Tudo não tem resposta, você faz uma parada e você pensa, isso deu certo, aí você vai de novo e não deu certo, eu sinto que o tempo inteiro é, o máximo de tempo que você consegue usar a *internet* sabe, porque você tem que estar *online* para as pessoas te verem, mas esforço não muda muita coisa, sei lá, 10% esforço, 90% sorte e teu tempo *online* tá ligado?” (E4), “O maior desafio eu acredito que seja a gente saber ou não se tá no caminho certo, os números às vezes enganam muito” (E1), “Em qualquer outra área, com 50 mil horas naquilo que você tá fazendo, eu acho que você já tá prestes a virar milionário, você é mais do que especialista, tu é autoridade na área, com conhecimento absurdo, com reconhecimento na área sinistro, referência, e o salário do cara vai ser bizarro também, então, eu não sinto isso no jogo, porque o meu jogo limita, principalmente se ta em língua portuguesa, talvez se eu tivesse em língua inglesa a história poderia ser outra, mas não é o caso, infelizmente” (E5).

Constata-se, por meio dos discursos, de que os esforços dos profissionais não correspondem com sua remuneração e resultados obtidos, o que faz com que se sintam à deriva, tendo somente a “sorte” para conquistar resultados. Assim, quando o trabalhador não vê satisfação e reconhecimento em seu trabalho, perde-se o sentido do trabalho para o profissional (Oliveira et al., 2004). Considerando a característica do trabalho do *Streamer*, o *feedback* é uma ferramenta que fica ausente deste contexto laboral. O uso de *feedbacks* mais adaptados para a realidade desses trabalhadores, poderia ser um recurso potencial para auxiliar no desenvolvimento de competências dos trabalhadores, aumentando sua confiança, comunicação, cooperação e motivação no espaço laboral, empoderando o profissional, também estimulando seu envolvimento, senso de competência, autonomia e dando mais sentido ao trabalho, conforme apontam Moreno et al. (2021).

Além disso, sobre os canais de comunicação e informação existentes para os trabalhadores entrarem em contato com a organização para buscar recursos e ter um diálogo com a plataforma sobre alguma decisão da empresa, no ponto de vista dos *Streamers*, os meios são bastante limitados:

“Você tenta falar com a empresa, você não recebe resposta positiva, quer dizer, você nem recebe resposta às vezes né, basicamente a parte mais frustrante é isso, você não sentir que o tempo que você tá trabalhando você tá sendo recompensado” (E4), “São oportunidades bem raras que nós temos de conseguir conversar com a *Twitch*, normalmente é em algum evento, mas são oportunidades muito raras, no dia a dia ou até mesmo quando você realmente precisa, você dificilmente tem algum tipo de retorno, hoje em dia eu diria que o *Streamer* pequeno ou médio não tem voz alguma dentro da plataforma sabe, não importa o que aconteça” (E1), “Em relação à galera se juntar, uma voz dos *Streamers* para poder mudar alguma coisa, eu acho que essas questões financeiras eles não têm poder para conseguir mudar algo” (E2), “A *Twitch* só se importa com *Streamers* que pegam assim, mais de 10 mil *views*, por quê? Porque esses são os peixes grandes que ela tem que manter sob controle” (E5).

A dissonância na comunicação, falta de valorização e pertencimento no trabalho podem ser fatores que, aliados ao aspecto do envelhecimento dos trabalhadores, podem contribuir para o desenvolvimento de distúrbios emocionais, impactando significativamente a vida do indivíduo (Secco et al., 2010; Rodrigues; Faiad; Facas, 2020). Considerando que os *Streamers* são autônomos e utilizam da plataforma para produzir seu conteúdo, os diálogos ressaltam a importância para empresas atentarem para esses processos de trabalho, pois, além de diminuir a produtividade e aumentarem as chances de adoecimento, geralmente, podem ser evitáveis ou possíveis de serem modificados por políticas e ações das organizações (Luna; Gondim, 2021).

### **Características do emprego**

Abrangem aspectos como salário, estabilidade de emprego, ergonomia e condições físicas do local de trabalho (Gil-Monte, 2012). Tratando a ergonomia como sendo a forma que o trabalho dos *Streamers* está organizado pelos mesmos, nota-se que o salário e a estabilidade estão muito ligados ao aspecto da sobrevivência e consumo (Andrade et al., 2012; Sá & Lemos, 2017; Tolfo, 2019; Gonçalves et al., 2020), permeiam outras facetas tratadas no presente trabalho, como, por exemplo, ritmo e quantidade de trabalho.

Por muitos momentos, os profissionais relataram a necessidade de produzir em quantidade, resultando em tempos extensos no computador, assim como recorrer a outros meios para monetizar seu conteúdo, sendo estes, patrocínios, redes sociais, propagandas, dentre outros, para receberem um sustento maior, em decorrência do corte do valor de inscrição (*Subscription*) nos canais da *Twitch*, ocorrido em 2021, diminuindo o valor de R\$ 22,90 para R\$ 7,90:

“Você fica muito tempo no computador sentado, come mal, normalmente pede um *delivery* ou algo assim, ou fica muitas horas sem comer ou tomar água” (E1), “Quando teve essa mudança de *sub* da *Twitch*, primeiro dia que eles falaram, todo mundo comemorou, eu fiquei desolado, minha média agora é a mesma média de antes, com 250 inscrições eu tirava 3.600, agora eu tiro mil e pouquinho” (E4).

Pode ser citado, também, o aspecto autônomo e independente da profissão, que apesar de dar liberdade, os *Streamers*, por momentos, sentem-se presos a produzir em ritmo intenso para poder ter sua renda, e até mesmo obrigados a trabalhar para conseguir dar conta de suas obrigações financeiras:

“Você é um *freelancer*, não parece, mas você é, antes era uma coisa estável, agora eu não sinto estabilidade nenhuma trabalhando como *Streamer*” (E4), “Eu tenho que fazer a mesma coisa todo dia, jogar todo dia, porque se eu não jogar, as pessoas não me assistem, se elas não me assistem, eu não faço dinheiro, se eu não faço dinheiro, eu não pago minhas contas, eu sou obrigado a jogar todos os dias” (E5).

A sobrecarga no trabalho entra em cena quando o trabalhador percebe que não possui recursos e habilidades suficientes para lidar com a excessiva demanda de trabalho presente, dificultando que o profissional satisfaça suas expectativas e necessidades, culminando em baixa produtividade e autoestima, insatisfação laboral, estresse, depressão e irritação (Patlán Pérez, 2013). Também pode-se citar, em outras profissões, a sobrecarga laboral como um contribuinte para o adoecimento dos profissionais, aumento de acidentes e violência no trabalho (Mass et al., 2022).

De modo geral, nota-se preocupação da maioria dos entrevistados em relação à instabilidade da profissão, tanto do ponto de vista salarial, quanto do ponto da seguridade de que a plataforma de *streaming* ou até mesmo seu jogo utilizado para produção de conteúdo continuarão existindo no futuro.

“Você literalmente dedica décadas da sua vida, eu tenho aí 50 mil horas no meu jogo, em que tudo pode acabar da noite para o dia, e eu dependo da boa vontade de plataformas, pode ser que a *Twitch* acabe amanhã, é muito bizarro você saber que a qualquer momento, por algum motivo específico ou não, quem garante que uma empresa grande não passe por um esquema de corrupção e aí os caras começam a entrar em decadência” (E5).

Alguns *Streamers*, inclusive, trouxeram em seus discursos, de acreditarem na certeza de que irão chegar a um ponto em que terão de trocar de emprego, não vendo nenhuma perspectiva de futuro em sua profissão. Assim, a insegurança de carreira é um fator que gera muito estresse para o trabalhador, assim como, provoca ansiedade, frustração, raiva, sentimento de impotência e falta de controle, culminando em menores níveis de bem-estar, desempenho e engajamento no trabalho (Martins, 2021).

## **Organização da jornada de trabalho**

Esta categoria envolve a duração da jornada de trabalho, pausas que o trabalhador realiza para descansar, além de considerar se o trabalho ocorre em feriados, à noite, ou em turnos (Gil-Monte, 2012). Surgem muitos relatos a respeito da duração longa da jornada de trabalho, com poucas pausas, ocorrendo praticamente todos os dias, em feriados, finais de semana, sendo preciso diversos sacrifícios para que os *Streamers* realizem suas transmissões:

“Eu fico muitas horas sentado, por ter horários malucos, dificilmente eu consigo fazer uma atividade em algum horário normal, eu acho que a maioria dos *Streamers* faz no máximo uma academia ou é sedentário” (E1), “Você ta conversando com um cara que colocou como a meta da vida dele ser *Streamer*, durante esses 10 anos eu abdiqueei de tudo para fazer minhas transmissões, então relações sociais eu não tenho, relacionamentos eu não tenho, eu dedico todo o meu tempo, primeiro para cuidar da *stream* e segundo, eu cuido da minha família, eu não faço mais nada, mas eu faço isso realizado” (E2), “Agora eu tô de boa, tô fazendo 10–12 hora de *live* por dia, mas chega em eventos, que vai ter um agora esse mês, chega a 16 horas de *live* por dia, sábado, domingo, sem parar” (E3), “Você tem que abrir mão de tudo, você tem que abrir mão de eventos, de aniversários, de comemorações, de datas, de coisas importantes que você não pode ir porque você ta *streamando*” (E5).

Ao considerar-se que os *Streamers* praticam jogos competitivos, submetidos ao estresse e sendo testados em suas capacidades mentais e físicas para lidar com o desafio e possivelmente vencer, constata-se a ligação entre alto nível de estresse e jogadores de esportes eletrônicos (Santos, 2020). Além disso, percebe-se uma diminuição do bem-estar psicológico em relação à quantidade de horas que aspirantes a jogadores profissionais de esportes eletrônicos gastam jogando, assim como o desejo de ser um jogador profissional indicar níveis de bem-estar psicológico mais baixos (Kocadağ, 2019).

Conforme o exposto, nota-se que as diferentes áreas do trabalho dos *Streamers* se atravessam, como, por exemplo, os relatos dos entrevistados a respeito da necessidade e pressão por produzir conteúdo para manter seu canal relevante e sua audiência, monetizando o máximo possível seu trabalho, na busca de garantir estabilidade financeira. Fato que pode estar ligado à forma como a plataforma da *Twitch* construiu seu sistema de sugestão de conteúdo, de maneira que os *Streamers* “apareçam” às pessoas que acessam a plataforma, majoritariamente, apenas quando estão realizando suas transmissões. Assim, os *Streamers* realizam transmissões longas, algumas até mesmo intituladas “maratonas”, a fim de se manter *online* o máximo possível para aumentar sua visualização na plataforma, com alguns canais, inclusive, deixando suas transmissões abertas 24 horas por dia, reprisando transmissões passadas, enquanto o *Streamer* não produz novos conteúdos.

## **Fatores de proteção e estratégias de enfrentamento**

Quando percebidos positivamente pelo trabalhador, os fatores psicossociais podem se tornar fatores de proteção para sua saúde, assim como as estratégias de enfrentamento utilizadas para lidar com o estresse e outras questões angustiantes, protegendo o trabalhador de efeitos que seriam negativos para sua saúde (Luna; Gondim, 2021; Santos, 2020). Assim, os *Streamers* apontam como positivo, a liberdade de escolherem seus horários de trabalho, contato com pessoas, realização com o trabalho e reconhecimento em alguns aspectos, principalmente por parte de seus espectadores:

“Essa liberdade de poder literalmente escolher os dias que você quer ou não fazer algo é um ponto extremamente positivo, outro ponto bom é que essa vida, apesar dela ter muitos problemas sociais, às vezes acontecem eventos extraordinários” (E5), “É isso que me deixa feliz, é ser companheiro das pessoas, é passar o momento talvez para uma pessoa que não esteja tão bem, é isso que me completa, eu recebo muita mensagem legal que me fazem eu ficar muito realizado com o que eu faço” (E2), “Já fui reconhecido de diversas formas por diversas empresas, trabalhos de *freelancer*, já tive a oportunidade de fazer palco em eventos, narrar presencialmente, viajar internacionalmente, esse tipo de coisa é muito bacana” (E1).

Apesar de os relatos expressarem que os entrevistados se sentem presos em seu nicho de jogo, observaram-se algumas estratégias empregadas pelos *Streamers* para combater o sentimento de repetitividade e falta de autonomia em seu trabalho, muitas vezes utilizando de outros jogos do mesmo gênero para impulsionar seu canal ou fazer algo diferente do habitual:

“Eu fiz um teste esses tempo atrás, de *Streamer* outros *mmorpg* que tava em alta, que era lançamento e essas coisas, eu tive um taxa bem alta dos *views*, só que é no *hype*, é aquela primeira semana e tal, depois já vai caindo, aí eu pego e volto pro meu jogo principal, só aproveito o *hype* pra ganhar um dinheiro extra” (E3), “O jogo que eu tenho notoriedade, eu adoro jogar ele, só que obviamente você jogando ele 8-10 horas todos os dias, durante longos períodos, você vai enjoar um pouco, então a pessoa tem que mudar um pouquinho para não ter esse tipo de sentimento, então ela transmite o jogo principal dela durante um período, depois ela pega um jogo mais confortável onde ela queira se divertir um pouco e apresenta pro público dela” (E2).

Ainda, obtiveram-se relatos positivos referentes ao salário, onde o *Streamer* considera que conseguiu alcançar uma estabilidade, se preocupando com o crescimento de seu canal e popularidade pelo viés de autorrealização:

“Eu não tenho estudo, eu não tenho nada, eu moro bem no interior, aqui eu estaria ganhando um salário mínimo, a *live* me trouxe uma oportunidade de ganhar um salário bem melhor” (E3), “Eu poderia dosar o meu trabalho para que ele fosse mais positivo, mas como você tem aquela gana de chegar um pouco mais longe, você se sacrifica e aí é nesse sacrifício que talvez você no momento pare para pensar que aquilo não tá sendo bom, mas na verdade o que não tá sendo bom é a maneira que você organiza o seu dia a dia” (E2), “A *Twitch* mudou algumas coisas recentemente que afetou negativamente todos os *Streamers* do mundo praticamente, coisas que fogem do nosso controle, mas dentro do possível, eu não tenho do que reclamar porque hoje eu posso dizer que eu vivo disso, eu amo o que eu faço e eu amo que eu posso fazer isso” (E1).

Estudos com outras categorias profissionais demonstram que as estratégias de enfrentamento são muito importantes para combater o estresse e outras possíveis doenças ocupacionais (Melo; Carlotto; Diehl, 2016). Quando se trata de jogadores de esportes eletrônicos profissionais, muitos jogadores jogam excessivamente por muitas horas, competindo ou treinando, não sendo raros os casos em que os profissionais são dominados pela atividade, apresentando prejuízos em relacionamentos e vida familiar (Griffiths, 2017). Assim, quanto maior o nível de profissionalismo e a relevância do jogador em qualquer tipo de *eSports*, maiores são os níveis de estresse que o sujeito é submetido (Santos, 2020). Um dos entrevistados resume muito bem este aspecto em sua fala, ressaltando a importância de estratégias de enfrentamento para lidar com o estresse e outras questões provenientes deste contexto de trabalho:

“Meu trabalho literalmente deteriora minha saúde, eu não tenho dúvidas disso, mas como eu me cuido muito, eu faço terapia há 5 anos, eu me exercito frequentemente, eu como bem, eu

tenho bons hábitos, eu não tenho vício em absolutamente nada, então assim, eu consigo equilibrar a balança, porque tem cara que faz *stream* que não equilibra essa balança, o cara ta fazendo *live*, ta comendo merda pra caralho, não exercita, não treina, não sai de casa, não toma sol, não tem amigos, não transa, não se diverte, não vai pra um show, o cara é um zumbi” (E5).

Além do exposto, surgem estratégias de ignorar, ouvir música, assistir à transmissão de um amigo, séries e filmes, desconectar-se de todas as redes, exercícios físicos, olhar para os pequenos prazeres do dia, conversar com a companheira, familiar ou amigos:

“Às vezes eu pego e deito em posição fetal e fico algumas horas, quando é realmente difícil eu tento me desligar um pouco, dormir claro” (E1), “Isso é algo que é com o tempo, acho que com mais idade te deixa mais tranquilo para lidar com isso, mas é a parte do ignorar né” (E2), “Eu fecho a *live*, eu jogo meu público para alguma pessoa e tal, fecho o *Discord*, o *Insta*, não quero saber de nada, se eu vou assistir uma série, eu só vou assistir uma série ou se eu saio, eu literalmente desligo de tudo quando saio” (E3), “Acho que para lidar com isso são as pequenas coisas do dia a dia que você pensa, hoje foi um dia legal sabe, você abre uma *stream* de algum jogo que você queria jogar, você gostou do jogo e aparece a galera que você gosta no *chat* e isso é bom” (E4), “Eu treino em excesso, jiu-jítsu é a minha forma de terapia, lá eu consigo colocar muita coisa pra fora, e eu aprendi a ignorar” (E5).

Apesar da realidade relatada pelos entrevistados se aproximar do cenário dos jogadores profissionais de *eSports*, não significa que as horas extensas e sacrifícios em decorrência da dedicação pelo trabalho indique um vício em jogos, pois esse comportamento pode ser provocado pela característica da profissão envolver jogos eletrônicos (Griffiths, 2017; Santos 2020). No caso dos *Streamers*, temos outros aspectos atravessados, sendo a instabilidade do cenário e variação salarial alguns fatores que levantam o questionamento e a necessidade de aprofundarmos o olhar sobre a real urgência de trabalhar tanto para obter o próprio sustento, ou se há outras possibilidades, como, por exemplo, da ambição pela fama, busca pela autorrealização, ou até mesmo vícios no trabalho ou por jogos eletrônicos.

### 3 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Objetivou-se, por meio deste estudo, aprofundar o conhecimento a respeito do trabalho dos *Streamers*, dando voz aos criadores de conteúdo, expondo suas experiências e opiniões sobre seu contexto laboral. A escassez de pesquisas de psicologia relacionando o trabalho de *Streamers* com os riscos psicossociais e significados do trabalho motivaram a busca pela compreensão destes aspectos.

Dentre os principais achados desta pesquisa, ressaltam-se os discursos ligados à carga elevada de trabalho, jornada laboral extensa e falta de estabilidade, porém, pode-se dizer que os dois primeiros são causados pela instabilidade de carreira e falta de perspectiva de futuro em seu trabalho, de forma que os *Streamers* precisam trabalhar em um ritmo acelerado, por longos períodos, com o mínimo de pausas para garantir sua renda e estabilidade na plataforma. Apesar dos diversos fatores relatados pelos *Streamers* e estresse sentido, os profissionais relatam se sentir, na maior parte do tempo, realizados com seu trabalho e reconhecidos por amigos, familiares e espectadores.

As limitações percebidas durante a realização do estudo são referentes ao tamanho da amostra colhida, além do fato de não ter sido possível englobar outros gêneros. Outro fator a ser apontado é a falta de participantes para a realização da

pesquisa, considerando que a proposta original era trabalhar com saturação de dados, sendo a realidade, apesar de sete interessados originalmente, somente cinco *Streamers* participaram da pesquisa.

Portanto, sugere-se que estudos mais robustos sejam realizados com esses profissionais para verificar a possibilidade de vícios e outros adoecimentos em decorrência do trabalho desempenhado. Assim como investigar outros públicos e gêneros de criadores de conteúdo para verificar se há divergência de sentidos e dados.

## REFERÊNCIAS

- Álvarez, C. C. B. (2012). Riesgo psicosocial intralaboral y “burnout” en docentes universitarios de algunos países latinoamericanos. *Cuadernos de Administración*, 28(48), 118–133.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5006545>
- Andrade, S. P. C. de, Tolfo, S. da R., & Dellagnelo, E. H. L. (2012). Sentidos do trabalho e racionalidades instrumental e substantiva: interfaces entre a administração e a psicologia. *Revista de Administração Contemporânea*, 16, 200–216. <https://doi.org/10.1590/S1415-65552012000200003>
- Deng, J., Cuadrado, F., Tyson, G., & Uhlig, S. (2015). *Behind the game: Exploring the twitch streaming platform*. IEEE Xplore.  
<https://doi.org/10.1109/NetGames.2015.7382994>
- Galindo, É. R. [UNIFESP. (2021). Jogos online, streaming e esports: um estudo sobre seus usos e possíveis abusos na literatura atual. *Repositorio.unifesp.br*.  
<https://repositorio.unifesp.br/handle/11600/60241>
- Gandhi, R., Cook, C. L., LaMastra, N., Uttarapong, J., & Wohn, D. Y. (2021). An Exploration of Mental Health Discussions in Live Streaming Gaming Communities. *Frontiers in Psychology*, 12.  
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.575653>
- Gil-Monte, P. R. (2012). Riesgos psicosociales en el trabajo y salud ocupacional. *Revista Peruana de Medicina Experimental Y Salud Publica*, 29(2), 237–241.  
[http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1726-46342012000200012&lng=es&nrm=iso](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1726-46342012000200012&lng=es&nrm=iso)
- Gonçalves, J., Schweitzer, L., & Tolfo, S. de R. (2020). Assédio Moral no Trabalho: uma Revisão de Publicações Brasileiras. *Gerais: Revista Interinstitucional de Psicologia*, 13(1), 1-18. <https://dx.doi.org/10.36298/gerais2020130105>
- Gonçalves, J., Schweitzer, L., Pereira, E. F., & Tolfo, S. R. (2020). Sentidos e significados do trabalho. In S. R. Tolfo (Org.), *Gestão de pessoas e saúde mental do trabalhador: Fundamentos e intervenções com base na Psicologia* (pp. 277-294). Vetor.
- Griffiths, M. D. (2017). The psychosocial impact of professional gambling, professional video gaming & eSports. *Casino & Gaming International*, 28, 59–63. <https://core.ac.uk/works/7794178>
- Guimarães, L. A. M. (2013). Fatores Psicossociais de Risco no Trabalho. In Ferreira, J. J. & Penido, L. O., *Saúde mental no trabalho: coletânea do fórum de saúde e segurança no trabalho do Estado de Goiás* (pp. 273-282). Goiânia: Cir Gráfica.
- Jacinto, A., & Tolfo, S. da R. (2017). Riscos psicossociais no trabalho: conceitos, variáveis e instrumentos de pesquisa. *Perspectivas Em Psicologia*, 21(1), 39–55. <https://doi.org/10.14393/ppv21n1a2017-04>

- Kocadağ, M. (2019). Investigating Psychological Well-Being Levels of Teenagers Interested in Esport Career. *Research on Education and Psychology*, 3(1), 1-10. <https://dergipark.org.tr/en/pub/rep/issue/43787/514950>
- Li, Y., Wang, C., & Liu, J. (2020). A Systematic Review of Literature on User Behavior in Video Game Live Streaming. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(9), 3328. <https://doi.org/10.3390/ijerph17093328>
- Luna, A. de F., & Gondim, S. M. G. (2021). Autoeficácia ocupacional, fatores de risco psicossocial do trabalho e mal-estar físico e psicológico. *Revista Psicologia e Saúde*, 13(3), 51–63. <https://doi.org/10.20435/pssa.v13i3.972>
- Martins, D. A. R. (2021). *Adaptabilidade de carreira de jovens adultos graduados: empregabilidade, insegurança e engagement* [Dissertação de mestrado, Universidade de Lisboa]. <http://hdl.handle.net/10400.5/22768>
- Mass, S. F. de L. S., Centenaro, A. P. F. C., Santos, A. F. dos ., Andrade, A. de ., Franco, G. P., & Cosentino, S. F.. (2022). Routine of the unpredictable: workloads and health of urgent and emergency nursing workers. *Revista Gaúcha de Enfermagem*, 43, e20210007. <https://doi.org/10.1590/1983-1447.2022.20210007>
- May, E. (2021, 9 Abr). *Streamlabs & Stream Hatchet Q1 2021 Live Streaming Industry Report* [Review of *Streamlabs & Stream Hatchet Q1 2021 Live Streaming Industry Report*]. Streamlabs. <https://streamlabs.com/content-hub/post/streamlabs-and-stream-hatchet-q1-2021-live-streaming-industry-report#:~:text= Twitch%20represents%2072.3%25%20of%20the,increase%20from%20the%20previous%20quarter>
- Melo, L. P. de, Carlotto, M. S., Rodriguez, S. Y. S., & Diehl, L. (2016). Estratégias de enfrentamento (coping) em trabalhadores: revisão sistemática da literatura nacional. *Arquivos Brasileiros de Psicologia*, 68(3), 125-144. [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1809-52672016000300010&lng=pt&tlng=pt](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-52672016000300010&lng=pt&tlng=pt)
- Moraes, R. (2003). Uma tempestade de luz: a compreensão possibilitada pela análise textual discursiva. *Ciência & Educação*, 09(02), 191–211. [http://educa.fcc.org.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1516-73132003000200004&lng=pt&nrm=iso](http://educa.fcc.org.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-73132003000200004&lng=pt&nrm=iso)
- Moreno, M. L., Santos, N. R. dos, & Pais, L. M. (2021). Investigação empírica sobre feedback de múltiplas fontes na avaliação de desempenho: revisão de literatura. *Revista Psicologia Organizações e Trabalho*, 21(4), 1739-1749. <https://dx.doi.org/10.5935/rpot/2021.4.21847>
- Morin, E. M. (2001). Os sentidos do trabalho. *Revista de Administração de Empresas*, 41(3), 8-19. <http://doi.org/10.1590/S0034-75902001000300002>
- Newzoo International B.V. (2023, 31 Jan). *A New Era of Engagement in Media & Entertainment | Free Report*. <https://newzoo.com/resources/trend-reports/a-new-era-of-engagement-in-media-entertainment-industry-report>
- Oliveira, P. S. de. (2021). Neoliberalismo em jogo: uma investigação sobre o sofrimento psíquico de criadores de conteúdo em plataformas de Streaming. *Repositorio.uniceub.br*. <https://repositorio.uniceub.br/jspui/handle/prefix/15858>
- Patlán Pérez, J. (2013). Efecto del burnout y la sobrecarga en la calidad de vida en el trabajo. *Estudios Gerenciales*, 29(129), 445-455. Retirado 10 de Novembro, 2023, de [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0123-59232013000400008&lng=en&tlng=](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0123-59232013000400008&lng=en&tlng=).

- Pereira, E. F., & Tolfo, S. T. R. (2017). Estudos sobre sentidos e significados do trabalho na psicologia: uma revisão das suas bases teórico epistemológicas. *Psicologia Argumento*, 34(87).  
<https://doi.org/10.7213/psicol.argum.34.087.AO02>
- Renier, F., Storti, B. C., Sticca, M., Renier, F., Storti, B. C., & Sticca, M. (2022). Fatores de risco psicossociais no trabalho de gestores: revisão sistemática. *Actualidades En Psicología*, 36(133), 118–132.  
<https://doi.org/10.15517/ap.v35i131.48518>
- Rodrigues, C. M. L., Faiad, C., & Facas, E. P. (2020). Fatores de risco e riscos psicossociais no trabalho: definição e implicações. *Psicologia: Teoria E Pesquisa*, 36(spe), e36nspe19. <https://doi.org/10.1590/0102.3772e36nspe19>
- Sá, J. G. S., & Lemos, A. H. da C. (2017). Sentido do trabalho: Análise da produção científica brasileira. *Revista ADM.MADE*, 21(3), 21-39.  
<http://doi.org/10.21714/2237-51392017v21n3p021039>
- Santos, P. M. de O. A. S. dos. (2020). *Psychosocial outcomes of esports players in portugal* [Dissertação de mestrado, Universidade Católica Portuguesa].  
<http://hdl.handle.net/10400.14/33400>
- Secco, I. A. de O., Robazzi, M. L. do C. C., Souza, F. E. A. de, & Shimizu, D. S. (2010). Cargas psíquicas de trabalho e desgaste dos trabalhadores de enfermagem de hospital de ensino do Paraná, Brasil. *SMAD. Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas*, 6(1), 1–17.  
[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1806-69762010000100016&lng=pt&tlng=pt](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1806-69762010000100016&lng=pt&tlng=pt)
- Serafim, A. da C., Campos, I. C. M., Cruz, R. M., & Rabuske, M. M. (2012). Riscos psicossociais e incapacidade do servidor público: um estudo de caso. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 32(3), 686–705.  
<https://doi.org/10.1590/S1414-98932012000300013>
- Tolfo, S. R. (2019). Significados e sentidos do trabalho. In P. F. Bendassolli, & J. E. Borges-Andrade (Orgs.), *Dicionário de psicologia do trabalho e das organizações* (pp. 617-626). Artesã.
- Törhönen, M., Giertz, J., Weiger, W. H., & Hamari, J. (2021). Streamers: the new wave of digital entrepreneurship? Extant corpus and research agenda. *Electronic Commerce Research and Applications*, 46, 101027.  
<https://doi.org/10.1016/j.elerap.2020.101027>
- Twitchtracker. (n.d.) *Total Twitch Streamers*. Retirado 09 de Julho, 2023, de <https://twitchtracker.com/statistics/active-streamers>