

Santana, R. S. et al.

**PESQUISA****Influência do trabalho noturno na qualidade de vida da equipe de enfermagem da UTI***Influence of night work on quality ICU nursing team life**Influencia del trabajo nocturno en la calidad de vida de la equipe de enfermaría de la UCI*Rosane da Silva Santana¹, Bianca Anne Mendes de Brito², José Lucas Silveira Ferreira³, Álvaro Francisco Lopes da Silva⁴, Morgana Boaventura Cunha⁵, Larissa Vanessa Machado Viana⁶**RESUMO**

Objetivou-se identificar as interferências que o trabalho noturno provoca no cotidiano dos profissionais de enfermagem da unidade de terapia intensiva-UTI. Trata-se de um estudo de natureza qualitativa, exploratória por meio de entrevista com 16 enfermeiros, abordando a influencia do trabalho noturno para enfermeiros de UTI. Mediante análise emergiu-se três categorias: Interferência do trabalho noturno no cotidiano, Significado de qualidade de vida e Influência do trabalho noturno na qualidade de vida. Vale ressaltar que os profissionais de enfermagem percebem a influência do trabalho noturno na qualidade de vida e no cotidiano. Conclui-se que faz-se necessária a participação dos profissionais de enfermagem para criar estratégias e desenvolver políticas que visem a incentivar as instituições de saúde a melhorar as condições de trabalho, garantindo satisfação profissional da classe e melhoria na sua qualidade de vida. **Descritores:** Trabalho noturno. Qualidade de vida. Equipe de Enfermagem.

ABSTRACT

This study aimed to identify the interference that shift work has on the daily lives of nurses from the intensive-care unit ICU. It is a qualitative study, exploratory through interviews with 16 nurses, addressing the influence of night work for ICU nurses. By analyzing emerged are three categories: Interference of night work in everyday life, quality of life Meaning and Influence of night work on quality of life. It is noteworthy that nursing professionals perceive the influence of night work on quality of life and daily life. It concludes that it is necessary the participation of nursing professionals to create strategies and develop policies to encourage health institutions to improve working conditions, ensuring job satisfaction grade and improvement in their quality of life. **Descriptors:** Night work. Quality of life. Nursing staff.

RESUMEN

Este estudio tuvo como objetivo identificar la interferencia que el trabajo por turnos tiene sobre la vida cotidiana de las enfermeras de la unidad de cuidados intensivos UCI. Se trata de un estudio cualitativo, exploratorio a través de entrevistas con 16 enfermeras, que abordan la influencia del trabajo nocturno de las enfermeras de la UCI. Analizando surgido tres categorías: Interferencia del trabajo nocturno en la vida cotidiana, la calidad de vida y Significado Influencia del trabajo nocturno en la calidad de vida. Es de destacar que los profesionales de enfermería percibe la influencia del trabajo nocturno en la calidad de la vida y de la vida diaria. Llegamos a la conclusión de que es necesaria la participación de los profesionales de enfermería para crear estrategias y desarrollar políticas para alentar a las instituciones de salud para mejorar las condiciones de trabajo, lo que garantiza el grado de satisfacción laboral y la mejora de su calidad de vida. **Descritores:** Trabajo nocturno. Calidad de vida. El personal de enfermería.

¹Enfermeira/ UFPI. Mestre em Saúde do Adulto e da Criança/ UFMA. Especialista em Saúde Pública. Professora Substituta do curso de enfermagem da UFPI e Faculdade Mauricio de Nassau. Teresina-PI. Endereço: R-08, Bl-06, AP-404, Residencial Isadora Cristo Rei; E-mail: rosane_santana5@gmail.com.

²Discente de Enfermagem do 8º período da Universidade Federal do Piauí, campus Teresina-PI. Departamento de Enfermagem; Campus Universitário Ministro Petrônio Portela Bairro Ininga, CEP: 64049-550 - Teresina-PI - Brasil - E-mail: bambbia@hotmail.com. ³Discente de Enfermagem do 8º período da Universidade Federal do Piauí, campus Teresina-PI. Departamento de Enfermagem; Campus Universitário Ministro Petrônio Portela Bairro Ininga, CEP: 64049-550 - Teresina-PI - Brasil - E-mail: joselucasm@hotmail.com. ⁴Discente de Enfermagem do 8º período da Universidade Federal do Piauí, campus Teresina-PI. Bolsista de Iniciação Científica PBIC (CNPq). Departamento de Enfermagem; Campus Universitário Ministro Petrônio Portela Bairro Ininga, CEP: 64049-550 - Teresina-PI - Brasil - E-mail: sousa.alvaromd@gmail.com. ⁵Bacharelado em Enfermagem - Universidade Estadual do Piauí - UESPI. Especialista em Saúde da Família- Universidade Federal do Maranhão-UFMA e Especialista em Enfermagem do Trabalho - Faculdade Internacional Signorelli - FIS. E-mail: morgana.boaventura@hotmail.com. ⁶Enfermeira/Mestranda em Engenharia Biomédica pela Universidade do Vale do Paraíba-UNIVAP. E-mail: lariss_machado@hotmail.com.

Santana, R. S. et al.

INTRODUÇÃO

O trabalho é visto como uma maneira de adquirir identidade e determinar valores, indo muito além de ser somente um gerador de bens e serviços. Este pode repercutir de maneira positiva ou negativa na vida do trabalhador, tendo especial importância a organização do trabalho e as relações existentes no contexto de trabalho (CAMPOS; DAVID, 2010).

Para Gironi e Gelbcke (2011), trabalhar é imprescindível para as pessoas, pois além do indivíduo depender dele para sobreviver, este se refere ao condicionamento social do mesmo. Sendo assim, a atividade profissional não é só um modo de ganhar a vida, mas também uma forma de inserção social em que aspectos psíquicos e físicos estão fortemente implicados. Apesar disso, o trabalho pode ser um fator de deterioração, envelhecimento e doenças graves.

A presença de trabalhadores no período noturno está cada vez mais frequente independente da área de atuação. O trabalho noturno ocorre por causa das necessidades econômicas, tecnológicas e do próprio atendimento à população. Embora favoreça o aumento da produção de serviço, o mesmo interfere diretamente na Qualidade de Vida (QV) dos trabalhadores, sendo apontado como possível causador de perturbações na saúde (SOUZA, 2008).

O corpo humano está condicionado ao sono noturno, e a realização de atividades trabalhistas nesse período, afeta os aspectos sociais, psicológicos e biológicos do indivíduo, o que pode implicar em alterações no organismo como um todo, entre elas a irritabilidade, dificuldade de concentração e déficit de memória, fadiga mental e física, apatia, negligência e endurecimento de atitudes individuais, além de limitar o trabalhador

dos momentos de lazer (LISBOA; OLIVEIRA; REIS, 2010).

A enfermagem apresenta algumas características referentes ao trabalho no período noturno como menos solicitações dos clientes e menor número de atividades, dentre elas, exames, banhos, alta e admissão hospitalares (LISBOA et al., 2010).

Entretanto, trabalhar à noite pode impactar negativamente a saúde e o bem-estar dos trabalhadores, porque afeta em particular quatro esferas do indivíduo: a biológica, a social, a médica e a esfera do trabalho. Assim, o trabalho noturno pode causar distúrbios no ritmo biológico normal, dificultar a manutenção de um relacionamento com a sociedade e com a família, podendo trazer conseqüências negativas no matrimônio, cuidado às crianças e contatos sociais, e também gerar problemas para a saúde do trabalhador, que podem se manifestar em distúrbios do sono e de hábitos alimentares, além de influenciar no trabalho e podendo levar a erros e acidentes (SILVA et al., 2011).

Para profissionais da área da saúde o trabalho durante a noite torna-se bem mais exaustivo, pela frequência de situações complexas vivenciadas, esse fator se torna ainda mais insinuado quando são profissionais que atuam em setores crítico como UTI, devido os casos agravantes que aparecem com risco de morte ou que requerem longos períodos de hospitalização (BAASCH; LANER, 2011).

A UTI é um setor que necessita de assistência à saúde ininterrupta nas 24h por uma equipe multiprofissional e interdisciplinar em decorrência do quadro clínico dos pacientes que permanecem internados em estado grave, com ou sem instabilidade hemodinâmica (CAMPOS; MELO, 2011).

A equipe multiprofissional que assiste a população da UTI é composta principalmente

Santana, R. S. et al. pelos profissionais de enfermagem, que apresenta número superior em relação aos demais, na maioria das instituições de saúde (PASCHOA; ZANEI; WHITAKER, 2007).

Segundo Neves et al., (2010) os trabalhadores do período noturno tem um desgaste psicofisiológico bem maior do que aqueles que atuam no diurno, por trabalharem no momento em que suas funções orgânicas encontram-se reduzidas. Além disso, o desempenho de atividades nesse período pode representar um fator negativo para sua QV, visto que esse ritmo é diferente daqueles conduzido por seus familiares e amigos.

QV é associada às características do ser humano e tem sido aproximada ao grau de satisfação encontrado na vida familiar, amorosa, social, ambiental, estética existencial, entre outros. Este termo, muitas vezes é utilizado como sinônimo de saúde, devido está intrinsecamente conectado esses aspectos (OLIVEIRA; MININEL; FELLI, 2011).

A Organização Mundial de Saúde (OMS) define qualidade de vida (QV) como “a percepção do indivíduo de sua posição na vida no contexto da cultura e sistema de valores nos quais ele vive e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações” (NEVES et al., 2010, p. 42-43).

É um processo dinâmico que pode ser influenciado por aspectos culturais, religiosos, éticos e valores pessoais. Por envolver vários aspectos da vida humana, como por exemplo, relações sociais, saúde, família, trabalho, meio-ambiente, é considerado um conceito abstrato, subjetivo e multidimensional (PASCHOA; ZANEI; WHITAKER, 2007).

De acordo com Neves et al., (2010), a qualidade de vida é determinada pela qualidade de vida no Trabalho (QVT). Esta por sua vez, é compreendida como conjunto de características do trabalhador e aspectos situacionais do contexto

do trabalho, ou seja, a forma como o trabalhador atua frente às características organizacionais das instituições e suas características individuais que configuram o seu mundo subjetivo (FARIAS; ZEITOUNE, 2007).

Nesta perspectiva, o trabalho é o elemento central para pensar a questão da QV, pois é através deste que o ser humano vem tentando satisfazer suas aspirações, obter a satisfação e realização pessoal, profissional, social e assim alcançar sua qualidade de vida (ARAÚJO; SOARES; HENRIQUES, 2009).

Assim, para os profissionais de saúde a relação da QV e trabalho são ainda maior devido à intensa jornada de trabalho, remuneração, condições de meio ambiente, relacionamento interpessoal e outros aspectos relacionados ao trabalho (SPILLER; DYNIEWICZ; SLOMP, 2008).

O objetivo desse estudo foi identificar as interferências que o trabalho noturno provoca no cotidiano profissional, familiar e/ou estudantil dos profissionais de enfermagem da UTI; descrever o significado do termo qualidade de vida de acordo com sua concepção e descrever de que maneira esses profissionais percebem a influência do trabalho noturno em sua qualidade de vida.

METODOLOGIA

Estudo descritivo de abordagem qualitativa, desenvolvido em um hospital privado de Teresina-PI. O hospital foi intencionalmente selecionado, por ser uma referência, no Norte e Nordeste em atendimentos de alta complexidade

Os sujeitos do estudo foram 16 enfermeiros que atuavam na UTI no período noturno do referido hospital. Os profissionais foram escolhidos pelo processo de amostragem aleatória simples. Na ocasião da coleta apresentou-se os objetivos do estudo e puderam manifestar vontade ou não de participar da pesquisa. Para coleta dos dados,

Santana, R. S. et al. utilizaram-se entrevistas individuais com os sujeitos, guiadas por um roteiro semiestruturado. A mesma foi gravada com devida autorização, com duração de 20 minutos em média.

A coleta foi realizada em maio de 2013, após a autorização do Comitê de Ética e Pesquisa (Parecer: 94.969), e obedeceu aos preceitos éticos que regem as pesquisas nacionais. Como critérios de inclusão da pesquisa foram selecionados os enfermeiros que trabalham na UTI's do hospital citado e que atuavam no período noturno. Foram excluídos dessa pesquisa os profissionais enfermeiros que não estão alocados na UTI.

A coleta constava de duas etapas, onde a primeira era voltada para a caracterização dos sujeitos, como: Idade e tempo de atuação na UTI no período noturno. E a segunda, referente às questões norteadoras sobre a interferência do trabalho noturno no cotidiano dos profissionais de Enfermagem da UTI, significado do termo qualidade de vida e a percepção de como o trabalho noturno influencia na qualidade de vida dos profissionais de enfermagem.

Para análise dos resultados, utilizou-se o método do Discurso do Sujeito Coletivo, em que os dados empíricos de natureza verbal obtidos nos depoimentos são organizados, e o pensamento coletivo é agrupado em categorias originadas a partir das expressões-chave retiradas dos discursos dos entrevistados (NERY et al., 2015).

As categorias emergidas foram: Interferência do trabalho noturno no cotidiano, Significado de qualidade de vida e Influência do trabalho noturno na qualidade de vida.

RESULTADOS E DISCUSSÃO DOS DADOS

Interferência do trabalho noturno no cotidiano

Quanto às interferências que o trabalho noturno pode causar, estudos comprovam que devido, muitas vezes, impedir a continuidade da assistência nos finais de semana, feriados e a presença em comemorações familiares ele prejudica as relações sociais e familiares porque, na maioria das vezes, esses eventos são realizados à noite (SILVA, 2011).

Assim constatou-se, na maioria das falas, que o trabalho noturno interfere principalmente no cotidiano familiar, fazendo com que os mesmos se ausente de eventos familiares importantes como aniversários, *réveillon* e feriados.

[...] Acontece de ter muitas datas, de ter muitas comemorações, de tem muitas coisas e agente termina se ausentando. (E02, E06, E08, E09, E12 e E16).

[...] Quem trabalha na saúde, você não tem feriado, você não tem dia santo, então nos melhores dias eu tô de plantão. [...] (E04).

[...] Eventos da família, geralmente eu perco né, às vezes a gente tem que dar vários plantões, tipo assim, como a gente ganha razoavelmente, não pode ficar só com um emprego, a gente tem que ter mais de um emprego, trabalhar a noite e de dia, então emenda vários plantões e acaba perdendo o meio social. (E05).

[...] Eu tenho uma filha de seis anos. No aniversário dela mesmo agora, que foi no dia 21 de setembro do ano passado, eu não pude ficar, nem *réveillon*[...]. (E07).

Outro aspecto bastante salientado pelos profissionais em relação a interferência no cotidiano familiar é quanto a falta de uma assistência que a família necessita para controle de medicação, cuidados terapêuticos e na atenção maternal e conjugal devida.

Santana, R. S. et al.

[...] por mais que agente, à noite não tenha muita coisa pra fazer em casa, mais tem a ausência. Por exemplo, agora mesmo tá me afetando muito devido o meu marido, ele ter uma sequela de AVC. O meu filho tá agora com um problema psiquiátrico, em relação à medicação dele tá interferindo, por que nem sempre eu posso tá controlando a medicação dele. [...] (E10).

...Com as minhas filhas, enquanto eu quero dormir elas querem brincar. Então interfere muito. (E11).

...Com certeza. Meu filho fica muito só, né. Eu não sou casada, eu moro com minha mãe e meu filho, e assim ele fica muito só, quando trabalho durante o dia, e fica só em casa. [...] Mas agente tem que trabalhar né. (E13).

[...] Atrapalha no sentido de não dar atenção cem por cento ao meu esposo. [...] quando eu chegava o pouco tempo que eu tinha, eu fazia era dormir. Ele falava assim, há vamos conversar, vamos, eu deitando, ele falando, e eu a tá, tou ouvindo, tououvindo...e dormia. ...Então assim, interfere na atenção que você não tem como dar pra ele. (E14).

A sobrecarga de trabalho no período noturno, afeta o sono cotidiano, que associado a mais atividades, como a faculdade, por exemplo, faz com que esses trabalhadores não consigam se desligar dos problemas mesmo quando vão para a cama. Assim, com a irregularidade de sono o indivíduo passa o dia sonolento, sem ânimo e com baixa concentração nas atividades, acabando por interferir nos estudos (ARAÚJO; FRAZILI; ALMEIDA, 2011).

...Eu estudo, faço serviço social, é muito cansativo, você não rende, já tem pesquisa sobre isso, quem perde sono a memória fica fraca. Pelo fato de eu perder sono eu fico com a memória fraca, a tendência é diminuir. (E04).

...O trabalho noturno interfere no meu estudo porque o tempo pra estudar né, diminui. Tem o cansaço no outro dia, basicamente isso (E05).

...Impede até de você estudar, sabia. E pra você manter os dois empregos e ainda estudar, fazer faculdade é muito complicado [...]. ...Eu já tentei, mais eu desisti por que não dar pra conciliar. Ou você fica com o seu trabalho ou com a faculdade, ou com seu filho. Então é muito complicado (E13).

...Eu estudo também e trabalho em um outro emprego [...] Então assim, eu dou preferência aos meus dois empregos, que garante o meu sustento, então na faculdade eu me prejudico, deixo muita matéria [...] Como eu disse, como eu trabalho muito, em um período eu não curso tudo completo, de um período sempre eu deixo uma (E14).

Tem dia que eu fico muito cansada aí na maioria das vezes eu durmo na aula [...] e aí fico bastante cansada. Paço de mal um bocado. Tive que (pausa) pra terminar os trabalhos que tavam atrasados tive que faltar aula. Faltei aula pra poder adiantar minha vida que tava atrasada. Passei o dia em casa (E15).

Os discursos dos depoentes E04, E05, E13, E14 e E15, evidenciaram que o trabalho noturno também interfere no cotidiano estudantil. A interferência é percebida principalmente pelo cansaço, sono, redução do tempo para estudar, faltas, entrega de trabalhos atrasados e até desistência do curso. Em relação ao cotidiano profissional, percebe-se que o simples fato de ter dois empregos já é estressante. Quando se tem um emprego no período noturno interfere ainda mais pelo adicional sono, cansaço, diminuição na disposição, redução do rendimento no outro serviço e alterações fisiológicas do organismo.

...O fato de eu trabalhar em outro emprego durante o dia atrapalha sim, a partir do momento que você tem dois empregos já é estressante [...] (E04).

...No trabalho interfere. Assim, no dia que a gente sai do plantão a gente sai mais cansada, pouca disposição, você faz porque tem que fazer, não pode deixar de fazer, tem que trabalhar. Mais interfere. (E06).

...Eu trabalhava em outro local, sai agora em fevereiro de 2012 [...] interferia em tudo [...] Teve um dia aqui que agente deu um plantão que no dia seguinte agente ia receber o dinheiro no caixa e simplesmente não me lembrava da senha de jeito nenhum, por conta de cansaço, esquecimento, tipo uma fadiga mental. (E07).

...Assim, interfere, interfere um pouco no outro trabalho, pois passar sono não é bom [...] (E08)

Santana, R. S. et al.

...O rendimento cai. [...] (E09).

Embora por mais que à noite tenha menos atividades a ser realizada, mais a parte fisiológica da gente, tem uma certa hora que ela não aguenta. Até no horário de nós dormirmos, interfere. [...] (E07).

No que diz respeito às interferências que o trabalho noturno provoca no cotidiano dos profissionais de enfermagem da UTI notou-se que este interfere tanto no profissional como no estudiantil, mais principalmente no cotidiano familiar gerando certa ausência desses indivíduos do convívio com a família e amigos.

Significado de qualidade de vida

O termo qualidade de vida trata-se de uma representação social criada a partir de parâmetros subjetivos e objetivos relacionados ao bem-estar, felicidade, amor, prazer, realização pessoal, satisfação das necessidades básicas e das necessidades criadas pelo grau de desenvolvimento econômico e social de determinada sociedade (CHAZAN et al., 2008).

Pode-se perceber que a Equipe de Enfermagem tem percepções diversificadas sobre o significado de qualidade de vida.

...Qualidade de vida: Primeiro, eu acho que é ter prazer no que faz, né. [...] se não fosse bom eu já tinha saído, né. Então é atrelado. A qualidade de vida, ela se (pausa)...ela se remete muito a fazer o que você gosta. Então se isso que você faz te dar prazer e você gosta, e ainda de te dar retorno financeiro, parte daí. (E02)

Para o depoente E02 a qualidade de vida está relacionada a ter retorno financeiro trabalhando com o que se gosta.

Lentz et al., (2000), diz que o indivíduo não vive totalmente independente, uma vez que e por esta razão se torna necessário e relevante uma participação social. Ainda ressalta que a equipe de enfermagem deve ser estimulada a manter uma relação de interação com os demais

membros, pois a convivência social contribui para o desenvolvimento interior do ser humano.

A relação com a necessidade de ter tempo para o lazer e para o convívio familiar se destacou em boa parte dos discursos dos profissionais de enfermagem.

...Qualidade de vida é ter (pausa) tempo pra lazer, ter boas condições em casa, boa alimentação, enfim, agente ter lazer, agente ter saúde e trabalho (E05).

...Ah qualidade de vida é tá dentro dos padrões, é você ter uma vida boa, uma vida social boa mesmo [...] Porque na realidade emprego deveria ser só um e o restante do tempo ficar com a família, lazer, sair, mais eu não tenho condição de trabalhar só em um e ter uma qualidade de vida elevada (E04)

...É a gente poder ter momentos com a família né, se divertir, ter descanso [...] (E07).

...Qualidade de vida é você assim tá tudo nos limites na vida. ...Realmente não pode se exceder em nada. Tem que ter a família, em primeiro lugar. [...] Ter educação, lazer, a parte religiosa, participando de todas essas etapas, agente tem uma qualidade de vida (E10).

Para os que trabalham à noite, dormir está intimamente relacionado à qualidade de vida, pois o sono perdido, na maioria das vezes, não consegue ser recompensado.

A eficiência do desempenho do ser humano, físico e mental, está diretamente ligada a uma boa noite de sono. Sem o merecido descanso e com o débito de sono acumulado este desempenho decai, fazendo com que o organismo deixe de cumprir algumas tarefas importantes, como a função motora e a capacidade de raciocínio. Além disso, estudos comprovam que, se formos privados do sono noturno, o sono diurno não compensa essa perda (ARAÚJO; FRAZILI; ALMEIDA, 2011).

...Qualidade de vida é ter repouso né, bom repouso, saúde em primeiro lugar, tem que ter um emprego né, emprego bom e ganhando bem, né. (E06).

...Qualidade de vida é dormir bem (risos), há muito tempo não sei o que é isso. (E08).

Influência do trabalho noturno na qualidade de vida...

Santana, R. S. et al.

...É assim, é ter sossego, uma boa qualidade de vida é ter sossego, porque trabalhar é bom, mas você tem que ter momento de sossego. Saúde também. (E09).

...Qualidade de vida pra mim é férias duas vezes ao ano (muitos risos) [...] Falando sério. Qualidade de vida é você ter uma boa noite de sono, porque não se resume só a folga e dinheiro, é a tua saúde, pra mim é isso. É uma noite de sono bem dormida, entendeu, pra no outro dia você amanhecer bem, tirar o peso, o mundo das suas costas. Isso é qualidade de vida. Pra um trabalhador noturno, a qualidade de vida é ter uma boa noite de sono, que é o que a gente perde e não se recupera mais. Todo mundo sabe. (E15).

As falas dos depoentes, E06, E08 e E09 demonstram que dormir bem, ter sossego e momentos para descansar é essencial para se ter uma qualidade de vida. Para o depoente E15 se o trabalhador noturno perde uma noite de sono sua qualidade de vida é afetada.

Os depoentes E11 e E16, afirmam que é primordial ter boa alimentação e saúde para se ter uma qualidade de vida:

...Uma boa alimentação, que agente nunca tem.[...] É alimentação, saúde e o transporte público que também interfere muito na qualidade de vida [...]. (E11).

...Primeiro de tudo, qualidade de vida você tem que tá bem, saudável, né. Porque se você não tiver saúde você não tem uma qualidade, acho que é primordial, acima de qualquer coisa. [...] Saúde física, mental e social, né. (E16).

Para elevar a motivação no trabalho, o salário apresenta-se como um dos fatores mais determinantes (NEVES et al., 2010). Para os depoentes E03, E12, E13 e E14 a remuneração financeira digna é essencial para se viver com certo conforto e ter uma qualidade de vida boa. Ser concursado, ter um único emprego e ganhar o suficiente para se divertir e manter família, foram às principais aspirações dos entrevistados.

...Qualidade de vida é ter [...] dinheiro pra gastar, porque a gente ganha pouco, a gente quer até sair mais o dinheiro é muito pouco. [...] não dar pra você pagar. Hoje supermercado o dinheiro da gente vai todo

com ele, pois o custo de vida está muito alto, ai tem faculdade dos filhos, colégios e materiais. (E03).

...Qualidade de vida. Ah, um emprego só. Podia ser só um aí eu tinha uma qualidade de vida. Você teria tempo pra fazer o que você não faz tendo dois. (E12).

...Ah, qualidade de vida todo mundo quer... é ter um emprego bom, é um emprego, tipo, é ser concursada, porque que se você for concursada trabalhando só em um, você tem sua qualidade de vida, tem tempo pra sua vida, pra família, pro seu filho, pro seus amigos, entendeu. E é tudo de bom. (E13).

...Ser concursada meu bem, no concurso do HU (risos), seria a melhor coisa na vida. Porque como eles falam, todos os, (ficou pensativa) como é que agente diz, os do estado e município pagam melhor, é ter o rendimento de um que dar pra pagar os dois. (E14).

Ao analisar as falas quanto ao significado de qualidade de vida, foi constatada uma multidimensionalidade, na concepção que estes profissionais têm sobre esse referido termo. Seu significado está relacionado a gostar e ter prazer do trabalho que se desenvolve, convívio familiar, lazer, saúde, boa alimentação, remuneração digna, carga de trabalho adequada, entre vários outros.

Influência do trabalho noturno na qualidade de vida

Os profissionais de Enfermagem constituem uma categoria assalariada com níveis de remuneração muitos baixos, se submetendo a diferentes turnos de trabalho. Os baixos salários são percebidos como insuficientes às necessidades dos trabalhadores levando os mesmos a ter mais de um emprego, possibilitando a sua maior exposição a riscos. As longas jornadas de trabalho, o salário desvalorizado, as péssimas condições oferecidas, contribuem para o desgaste físico e emocional desses trabalhadores (MEDEIROS et al., 2009).

Santana, R. S. et al.

...Influencia no sentido dessa perda de concentração como eu falei, a ausência provocada por esse excesso de trabalho, vamos dizer assim. [...] A influência maior em cima disso tudo ainda é a carga horária, que ainda é muito perversa ainda pra quem trabalha de noite em uma instituição particular ou filantrópica. (E02).

[...] O descanso aqui de um dia não é o descanso merecido. Então, se talvez agente ganhasse melhor, agente não trabalharia tanto e talvez não taria acontecendo erros como tá acontecendo. (E07).

Para os depoentes E02 e E07, a maior influência do trabalho noturno estar relacionada à carga de trabalho excessiva, sem o descanso merecido e necessário para se trabalhar com a disposição devida. Com isso os erros ficam mais propensos a acontecerem influenciando não somente na qualidade de vida do profissional como também na qualidade da assistência prestada.

De acordo com Neves et al., (2010), o trabalhador, frequentemente, se ausenta ou afastar-se de seus familiares e de situações da vida diária por correr entre dois ou mais empregos e ter longas jornadas de trabalho.

Segundo os depoentes E03, E05, E12 a influência na qualidade de vida se dar por essa ausência de uma vida social e do lazer.

...Influencia sim, pra quem gosta de sair, atrapalha. (E03).

...Influencia [...] em algumas noites vai tá sempre atrapalhando, não é sempre que eu vou poder sair ou participar de eventos com a minha família. (E05).

...Influência por conta do lazer. (E12).

...Influência porque, eu só vejo minha mãe e meu filho porque eu moro com eles, entendeu, agora se eu não morasse, eu não via. Então, meus amigos, é difícil, é muito raro agente se encontrar todo mundo, faz tempo que eu não vejo meus amigos, porque eu trabalho muito e as vezes agente se fala por telefone, mas ver mesmo, ir na casa deles, é muito difícil, difícil demais. (E13).

[...] Agente não tem uma vida social, porque assim quando tem um evento, você é obrigado trocar plantão, quando você troca um plantão você tem que ficar três noites ou o dia todo trabalhando, então você não tem uma vida social, entendeu... é difícil. (E15).

De acordo com Lisboa et al., (2010), o trabalho noturno é um fator de risco para a saúde dos trabalhadores sendo caracterizado como um conjunto de circunstâncias ou condição que tem o potencial de causar um efeito adverso, que pode ser: lesões, doenças ou danos à saúde do trabalhador ou até mesmo a morte.

O depoente E06 relata que o trabalho noturno influencia na saúde, porque com o tempo os problemas relacionados a esse tipo de serviço vão aparecendo.

...Eu acho que (pausa) futuramente vai aparecer os problemas, no momento eu ainda não sinto nada não, mas a maioria das minhas colegas com o passar do tempo tem problema de enxaqueca, se queixa de alguma coisa. (E06).

Para Medeiros et al., (2009), durante o dia as pessoas estão em atividade e à noite dormem. Este é um comportamento natural causado pela oscilação regular das funções corporais - os ritmos circadianos. Esta ritmicidade é controlada por um oscilador endógeno, o relógio biológico, influenciada por fatores ambientais, tais como ciclos de sono/vigília, atividade produtiva, horário de refeições, tempo e intensidade de exposição à luz. O trabalhador noturno é obrigado a inverter seu padrão normal de vigília/sono, tendo o seu ritmo circadiano desordenado.

...O trabalho noturno interfere no sono... meu rendimento diminui. (E07).

[...] Influencia demais... sono, cansaço, você, tipo assim no outro dia você percebe que não tá legal [...] (E09).

...Afeta, porque agente que trabalha à noite não toma café no horário, não almoça no horário, porque tem dia que eu chego em casa durmo e vou acordar é cinco horas da tarde, entendeu. (E11).

Santana, R. S. et al.

[...] Mexe com todo o teu relógio biológico, então influência sim na qualidade de vida da gente e como influência, bastante. (E15)

Conforme relatou os depoentes E07, E09, E11 e E15 a qualidade de vida do trabalhador noturno é influenciada pelas alterações do ciclo circadiano do relógio biológico, pela perda de sono, diminuição do rendimento no trabalho e pelo cansaço no dia posterior.

Através dos relatos, percebemos que os entrevistados sentem bastante a influência do trabalho noturno em sua qualidade de vida, principalmente no que se refere à carga de trabalho que ainda é excessiva e ao pouco tempo de repouso nesse turno de trabalho, descrevendo este, como responsável pela perda de concentração e falta de disposição para o trabalho, predispondo a classe a cometer um maior número de erros, interferindo assim numa prestação da assistência adequada aos pacientes.

CONCLUSÃO

O trabalho noturno é considerado primordial para a continuidade da assistência de enfermagem. Porém, trabalhar neste turno exige que o trabalhador conheça os limites do seu corpo para que o desenvolvimento dessa atividade não cause consequências para sua saúde e nem comprometa a qualidade da assistência prestada.

A pesquisa possibilitou inferir que os profissionais de enfermagem apesar da percepção das interferências em seu cotidiano e influência em sua qualidade de vida decorrente da realização do serviço no noturno, poucos expressaram o desejo de trocar de turno de trabalho. Estando esse fator relacionado à necessidade de conseguir manter o sustento da família, fazendo com que estes além de trabalhar neste turno, ainda procurem outro emprego devido à baixa remuneração.

R. Interd. v. 8, n. 2, p. 25-34, abr. mai. jun. 2015

Através dos relatos identificou-se que esses trabalhadores experimentam um conflito interno, porque vão trabalhar no momento que o organismo se prepara para o descanso e também externo, porque muitas vezes, o trabalhador não consegue acompanhar a vida social de seus familiares e amigos gerando certo isolamento social.

Nesse contexto, algumas situações precisam ser revistas como a baixa remuneração que os levam a ter vários empregos, acrescentando os malefícios do trabalho noturno. Assim, cabe aos profissionais opinar, discutir e intervir sobre a dimensão política e reivindicar junto aos sindicatos a necessidade do controle da saúde, mediante exames periódicos, de implantação de programas de qualidade de vida no trabalho, ou seja, melhorias nas condições de trabalho para a classe, no intuito de proporcionar saúde e qualidade de vida aos trabalhadores.

Portanto é necessário criar estratégias e desenvolver políticas que visem a incentivar as instituições de saúde a melhorar as condições de trabalho, com a redução da carga de trabalho, mais tempo de descanso e melhor remuneração, contribuindo assim, não somente para uma maior satisfação profissional dessa categoria e melhoria na sua qualidade de vida, como também para uma melhor assistência no trabalho realizado e satisfação de sua clientela.

REFERÊNCIA

ARAÚJO, C. L. O.; FRAZILI, R. T. V.; ALMEIDA, E. C. Influência do Sono nas Atividades Acadêmicas dos Graduandos de Enfermagem que Trabalham na Área no Período Noturno. **Revista Eletrônica de Enfermagem do Vale do Paraíba**, v. 1, n. 1, p. 52-62, 2011.

ARAÚJO, G. A.; SOARES, M. J. G. O.; HENRIQUES, M. E. R. M. Qualidade de vida: percepção de enfermeiros numa abordagem qualitativa. **Revista Eletrônica de Enfermagem**. v. 11, n. 3, v. 16, p. 3-22, 2011.

Santana, R. S. et al.

BAASCH, D.; LANER, A. S. Os significados do trabalho em unidades de terapia intensiva de dois hospitais brasileiros. **Revista Ciência e saúde coletiva**, Rio de Janeiro, v. 16, n. 1, p. 1097-1105, 2011.

CAMPOS, J. F; DAVID, H. S. L. Avaliação do contexto de trabalho em terapia intensiva sob o olhar da psicodinâmica do trabalho. **Revista da Escola de Enfermagem**. São Paulo, v. 45, n. 2, p. 363-368, 2011.

CHAZAN, A. C. S. et al. Qualidade de vida no trabalho: percepções de um grupo de acolhimento no Hospital Universitário Pedro Ernesto. **Interagir: pensando a extensão**, Rio de Janeiro, v. 2, n. 13, p. 27-30, 2008.

FARIAS, S. N. P. de; ZEITOUNE, R. C. G. A qualidade de vida no trabalho de enfermagem. **Escola Anna Nery. Revista de Enfermagem**. São Paulo, v. 11, n. 3, p. 487-493, 2007.

GIRONDI, J. B. R; GELBCKE, F. L. Percepção do enfermeiro sobre os efeitos do trabalho noturno em sua vida. **Enfermagem em Foco**, Santa Catarina, v. 2, n. 3, p. 191-194, 2011.

LISBOA, M. T. L. et al. O trabalho noturno e suas repercussões na saúde do trabalhador de enfermagem. **Revista de Enfermagem**. Rio de Janeiro, v. 18, n. 3, p. 478-483, 2010.

LISBOA, M. T. L.; OLIVEIRA, M. M.; REIS, L. D. O trabalho noturno e a prática de enfermagem: uma percepção dos estudantes de enfermagem. **Revista de Enfermagem**. Rio de Janeiro, v. 10, n. 3, p. 393-398, 2006.

MEDEIROS, S. M. de. et al. Possibilidades e limites da recuperação do sono de trabalhadores noturnos de enfermagem. **Revista Gaúcha de Enfermagem**. Porto Alegre - RS. v. 30, n. 1, p. 92-98, 2009.

NERY I.S. et al. Abordagem da sexualidade no diálogo entre pais e adolescentes. **Acta Paulista de Enfermagem**. *In press* 2015.

NEVES, M. J. A. O. et al. Influência do trabalho noturno na qualidade de vida do enfermeiro. **Revista de Enfermagem**. Rio de Janeiro, v. 18, n. 1, p. 42-47, 2010.

PASCHOA, S; ZANEI, S.S. V; WHITAKER, I. Y. Qualidade de vida dos trabalhadores de enfermagem de unidades de terapia intensiva. **Revista Acta Paulista de Enfermagem**. São Paulo. v. 20, n. 3, p. 305-310, 2007.

SILVA, R. M. et al. Trabalho noturno e a repercussão na saúde dos enfermeiros. **Escola R. Interd.** v. 8, n. 2, p. 25-34, abr. mai. jun. 2015

Anna Nery. Rio de Janeiro, v. 15, n. 2, p. 270-276, 2011.

SOUZA, M. L. P. et al. A opinião de profissionais de enfermagem sobre alguns aspectos do trabalho noturno em hospital público de Curitiba. **Boletim de enfermagem**. Paraná, v. 1, n. 2, p. 15-27, 2008.

SPILLER, A. P. M; DYNIEWICZ, A. M; SLOMP, M. G. F. S. Qualidade de vida de profissionais da saúde em hospital. **Cogitare Enfermagem**. Curitiba, v. 13, n. 1, p. 88-95, 2008.

Submissão: 16/10/2014

Aprovação: 20/02/2015