



Trabalho 1947

COCHILLO DURANTE O PLANTÃO NOTURNO ENTRE ENFERMEIROS DE HOSPITAIS PÚBLICOS DO MUNICÍPIO DO RIO DE JANEIRO

Thaís Aparecida de Castro Palermo¹

Lúcia Rotenberg²

Aline Silva-Costa³

Rosane Harter Griep⁴

Regina Célia Gollner Zeitoune⁵

No Brasil, a organização do trabalho dos profissionais de enfermagem ocorre por variados regimes de plantões nos quais uma equipe assume o trabalho da outra sucessivamente, inclusive à noite. O trabalho realizado no período noturno demanda uma inversão do ciclo sono-vigília, ou seja, ocorre um desajuste temporal porque o trabalhador realiza atividades no momento em que o organismo se prepara para o descanso¹. Esse desajuste traz consequências à saúde desses trabalhadores, dentre elas os problemas do sono, gastrointestinais, cardiovasculares, bem como as alterações psicológicas, sociais e familiares². No Brasil, não há uma regulamentação acerca do direito de trabalhadores cochilarem/dormirem durante os plantões noturnos. No entanto, os estudos científicos já demonstraram que reduz a sonolência e a fadiga, alivia o cansaço, facilita o reajuste aos horários diurnos na folga e tende a favorecer a recuperação³. No caso de trabalhadores de enfermagem pode minimizar a possibilidade de erros nos procedimentos de cuidados. Objetivo: descrever a ocorrência do cochilo/sono durante o plantão noturno entre enfermeiros que atuam em hospitais públicos. Métodos: Este estudo está inserido na pesquisa “Trabalho noturno e sua associação com fatores de risco para doenças cardiovasculares entre enfermeiros – O Estudo da Saúde dos Enfermeiros”. Trata-se de um estudo epidemiológico seccional, com 3229 enfermeiros/as (82,7% do total de enfermeiros abordados) que atuavam nos 18 maiores hospitais públicos (federais, estaduais e municipais) do município do Rio de Janeiro. Os hospitais foram visitados e agendadas reuniões junto às chefias de enfermagem para a divulgação do estudo. A listagem do nome e setor de trabalho foi solicitada para a abordagem face-a-face. Os questionários auto-preenchíveis foram entregues aos enfermeiros/as, acompanhados de carta-convite para participar do estudo e do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Após a assinatura do TCLE, o enfermeiro/a preencheu e lacrou o questionário e o mesmo foi entregue a um dos auxiliares de pesquisa do estudo. A coleta de dados foi realizada entre Março de 2010 e Novembro de 2011. O questionário utilizado era organizado em três blocos: trabalho profissional, condições de saúde e variáveis sócio-demográficas. As análises estatísticas foram realizadas usando-se frequências simples. Quanto aos aspectos éticos, atendeu-se os procedimentos recomendados pela Resolução 196/96: solicitação de parecer com aprovação

¹Enfermeira. Especialista em Enfermagem do Trabalho. Mestranda em Enfermagem - EEAN/UFRJ. Email: thaisacpalermo@gmail.com

²Bióloga. Doutora em Neurociências e Comportamento. Pesquisadora do Laboratório de Educação, Ambiente e Saúde - Fiocruz. Email: lucia.rotenberg@gmail.com

³Bióloga. Mestre em Saúde Pública. Departamento de Saúde Ambiental - Escola de Saúde Pública/USP. Email: alinecosi@gmail.com

⁴Enfermeira. Doutora em Ciências da Saúde. Pesquisadora do Laboratório de Educação, Ambiente e Saúde - Fiocruz. Email: rohgriep@gmail.com

⁵Enfermeira. Doutora do Departamento de Enfermagem de Saúde Pública. Pesquisadora do Núcleo de Pesquisa Enfermagem e Saúde do Trabalhador - EEAN/UFRJ. Email: regina.zeitoune@gmail.com



Trabalho 1947

do Comitê de Ética de Pesquisa – CEP Fiocruz sob nº 472/08 e dos hospitais participantes, solicitação de autorização da chefia do serviço de enfermagem de cada hospital e solicitação da assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) para participação e divulgação dos resultados garantindo o anonimato dos sujeitos. Resultados: O perfil sócio-demográfico dos trabalhadores estudados mostra predominância do sexo feminino (87,3%), a maioria (38,7%) com idade entre 22 a 35 anos (média de 40 anos; desvio padrão = 10 anos; mínima 22 e máxima 68 anos). Os pós-graduados somavam 67,8% e grande parte (57,5%) possuía relação conjugal estável. Com relação à renda familiar *líquida*, 44,4% foram classificados como percebendo 8 ou mais salários mínimos mensais. Apresentaram, em média 9 anos de trabalho na enfermagem no período da noite (DP = 7,9 anos). 97,6% possuíam permissão para dormir durante o plantão noturno e, por um período de até 194 minutos no hospital da entrevista (DP = 42,3 minutos) e até 206 minutos no segundo emprego (DP = 58,5 minutos). Referiram dormir durante o plantão noturno, 53% dos profissionais e, por um período de até 159 minutos (DP = 49 minutos). Após o plantão noturno, 48,9% costumavam dormir e por um período médio de 4,30 horas (DP = 2,08 horas). No entanto, para se sentirem descansados, precisavam em média de 8 horas de sono (DP = 4,9 horas). Dos respondentes que atuavam no turno diurno, 69,3% trabalharam no passado no turno noturno, regularmente (pelo menos uma vez por semana) e, por um período médio de 6 anos (DP = 6,1 anos). Destes 31,6% relataram como principal motivo para saída do turno noturno o aparecimento de problemas relacionados ao sono, cansaço ou desgaste. Conclusões: A maioria dos trabalhadores que atuavam no período noturno possuía permissão para dormir durante o plantão. No entanto, mesmo possuindo permissão para o cochilo/sono, apenas a metade referiu dormir. Os trabalhadores/as costumavam dormir durante e após o mesmo, entretanto observou-se um déficit no tempo de sono efetivo após o plantão e a necessidade de horas de sono dos trabalhadores. Associações do cochilo/sono no trabalho de trabalhadores noturnos com a recuperação e a saúde dos trabalhadores enfermeiros/as estão sendo avaliadas em uma dissertação de mestrado. Contribuições para a Enfermagem: O estudo desse fenômeno é útil para a ciência, pois envolve discussões sobre as condições de trabalho no Brasil, bem como a precarização e seu impacto sobre a saúde desses trabalhadores. Contribui para uma melhor organização do trabalho em turnos e noturno, em especial o de enfermagem, promovendo a saúde desses trabalhadores em seus ambientes ocupacionais; pode contribuir para legislações que regulamentem o sono durante o plantão noturno; contribui para formação de futuros profissionais para que conheçam e reconheçam a importância do cochilo para trabalhadores de turnos e noturnos; fortalece a linha de pesquisa Enfermagem e Saúde do Trabalhador de Enfermagem apontando questões para estudos futuros, visto que se trata de uma temática pouco explorada no Brasil.

Descritores: Enfermeiros, Trabalho noturno, Sono.

EIXO III - Diversidade cultural e o trabalho de enfermagem;

Referências: 1)Silva RM, Beck CLC, Magnago TSBS, Carmagnani MIS, Tavares JP, Prestes FC. Trabalho Noturno e a repercussão na saúde dos enfermeiros. Esc. Anna Nery, Rio de Janeiro. 2011 jun; 15(2): 271-5. Disponível em <<http://www.scielo.br/scielo>>. Acessado em 03 nov. 2011. 2) Mendes SS. Trabalho em turnos: Estado geral de saúde relacionado ao sono em trabalhadores de enfermagem [tese de doutorado]. São Paulo: Universidade de Campinas, 2010, p.33-47. 3) Queiroz MFF. Compreendendo o conceito de fadiga [tese de doutorado]. São Paulo: Universidade de São Paulo, 2003, p.85-90.