

## TRABALHADORES DE ENFERMAGEM, TURNO DE TRABALHO E O CRONOTIPO

Rosângela Marion da Silva<sup>1</sup>

Regina Célia Gollner Zeitoune<sup>2</sup>

Carmem Lúcia Colomé Beck<sup>3</sup>

Alexa Pupiara Flores Coelho<sup>4</sup>

Soeli Terezinha Guerra<sup>5</sup>

**INTRODUÇÃO:** Este estudo refere-se a dados parciais do projeto de tese do doutorado interinstitucional DINTER UNIFESP- EEAN/UFRJ -UFSM. Cronotipo é definido como as predileções de uma pessoa em relação a seu horário de sono e de atividade. É influenciado por fatores como idade, tempo de exposição à luz, horário de trabalho, entre outros. Assim, se um indivíduo conhecer seu cronotipo e os horários pertinentes e mais adequados para trabalhar, poderá distribuir tarefas diárias em favor da produtividade e qualidade de vida. Em 1976, Horne e Östberg <sup>(1)</sup> construíram um instrumento de identificação do cronotipo, o Questionário de Matutividade/Vespertinidade (QMV), composto por 19 questões de múltipla escolha que envolvem as principais atividades desenvolvidas pelo indivíduo ao longo do dia, sendo que as respostas refletem o horário de preferência para executar as atividades do cotidiano. Os resultados desse questionário permitem classificar os indivíduos de acordo com três cronotipos e suas subdivisões: matutinos, que podem ser matutino extremo ou moderado (aqueles que preferem dormir cedo, em torno das 21 ou 22 horas, e preferem acordar cedo, em torno da 6 horas, sem dificuldade); indiferente; e vespertino, que podem ser extremo ou moderado (aqueles que preferem dormir e acordar tarde, em torno de 1 hora da manhã e das 10 horas, respectivamente). Os matutinos têm um bom desempenho físico e mental pela manhã, enquanto que os vespertinos apresentam melhor disposição no período da tarde e início da noite. <sup>(2)</sup> Os do tipo indiferente podem apresentar características dos cronotipos matutino ou vespertino e sua disposição no horário de acordar e dormir são variáveis. **OBJETIVO:** identificar o cronotipo de trabalhadores de enfermagem de uma unidade de clínica cirúrgica do Rio Grande do Sul. **MÉTODO:** Estudo transversal, de natureza quantitativa, realizado em uma Unidade de Clínica Cirúrgica de um Hospital Universitário localizado no Rio Grande do Sul. Definiu-se como critérios de inclusão: ser trabalhador de enfermagem, ter no mínimo um ano de trabalho na enfermagem e realizar atividade assistencial. Foram excluídos aqueles em licença de qualquer natureza, afastamento ou férias. A população do estudo foi de 49 trabalhadores de enfermagem, dos quais permaneceram 47 após aplicação dos critérios de inclusão e exclusão. O projeto de pesquisa foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal de São Paulo (CAAE 02505512.4.00005505). Os profissionais foram abordados no ambiente de trabalho, esclarecidos e convidados a participar da pesquisa. Após esclarecimento sobre o objetivo da

<sup>1</sup>Enfermeira do Hospital Universitário de Santa Maria, Doutoranda em Ciências Dinter UNIFESP-UFRJ/EEAN-UFSM, e-mail: cucasma@terra.com.br

<sup>2</sup>Orientador, Enfermeira, Professor Titular do Departamento de Enfermagem de Saúde Pública da Escola de Enfermagem Anna Nery – Universidade Federal do Rio de Janeiro.

<sup>3</sup>Co-Orientador, Enfermeira, Professor Associado do Departamento de Enfermagem da Universidade Federal de Santa Maria.

<sup>4</sup>Co-autor, Acadêmica do 7º semestre de Enfermagem da Universidade Federal de Santa Maria (UFSM).

<sup>5</sup>Co-autor, Enfermeira, Diretora de Enfermagem do Hospital Universitário de Santa Maria.

pesquisa, os sujeitos assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido e receberam o questionário, sendo agendada uma data para a sua devolução. Não houve recusas ou perdas. A coleta de dados foi realizada por meio de questionário autoaplicado com questões fechadas, que avaliou aspectos sociodemográficos e laborais, e o Questionário de Matutividade/Vespertinidade para identificação do Cronotipo. O QMV foi traduzido, adaptado para o português e aplicado à população brasileira.<sup>(3)</sup> Os aspectos avaliados por esse questionário permitem identificar a tendência à matutividade e vespertinidade. Para este estudo, adotou-se como decisão metodológica chamar de “concordantes” os indivíduos matutinos que atuavam no turno da manhã; e “discordantes” os indivíduos matutinos que atuavam no turno da noite bem como os vespertinos alocados no turno da manhã. Cronotipo discordante ao turno de trabalho possibilita maiores alterações na saúde física e mental do trabalhador. Os resultados podem atingir escores de 16 a 41 pontos (cronotipo vespertino), de 42 a 58 (cronotipo indiferente) e de 59 a 86 (cronotipo matutino). Os dados foram tabulados em uma planilha eletrônica e analisados estatisticamente com o auxílio do *software Statistical Package for the Social Sciences*®18. Foram utilizados testes não paramétricos para as variáveis idade e tempo. A consistência interna do QMV foi avaliada pelo coeficiente alpha de Cronbach (0,86). **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** Entre os 47 trabalhadores de enfermagem, destacam-se 27,7% (n=13) auxiliares de enfermagem, 53,2% (n=25) técnicos de enfermagem e 19,1% (n=9) enfermeiros. Sobre a caracterização sociodemográfica, observou-se a predominância de mulheres (89,4%, n=42), com filhos (68,1%, n=32), com companheiro (66%, n=31). A média de idade dos auxiliares de enfermagem é de 47,7 anos ( $\pm 6$ ), dos técnicos de enfermagem é de 36,8 anos ( $\pm 8,33$ ) e dos enfermeiros é de 40,32 anos ( $\pm 6,91$ ). O tempo de trabalho na unidade é, em média, 19 anos para auxiliares de enfermagem, 5 anos para técnicos de enfermagem e 8 anos para enfermeiros. Foi identificada diferença estatística significativa na variável tempo de trabalho entre os auxiliares e os técnicos de enfermagem ( $p < 0,05$ ). Em relação aos dados laborais, observa-se predominância de atuação no turno noturno (48,9%, n=23), que optou pelo turno de trabalho (76,6%, n=36), que não tem outro emprego (83%, n=39) e são trabalhadores satisfeitos com o trabalho (93,6%, n=44). Sobre o envolvimento com acidentes de trabalho 63,8% (n=30) responderam afirmativamente. Sobre o cronotipo, foram identificados 34% (n=16) do tipo indiferente, 19,1% (n=9) com cronotipo vespertino e 46,9% (n=22) com cronotipo matutino. Sobre a concordância ou discordância, identificou-se que os indivíduos que atuavam no turno da manhã (100%, n=11) todos estavam concordantes com o turno de trabalho (cronotipo matutino), entre os trabalhadores do turno da tarde (100%, n=13), identificou-se 30,77% (n=4) discordantes ao turno de trabalho (cronotipo matutino) e dentre aqueles que atuavam no turno da noite (100%, n=23), 30,44% (n=7) estavam discordantes com o turno de trabalho (cronotipo matutino). Foi encontrada diferença estatística significativa entre o cronotipo e o turno de trabalho ( $p = 0,001$ ). O impacto da dimensão de matutividade/vespertinidade pode interferir no comportamento social e na saúde do indivíduo<sup>(4)</sup>, pois cada indivíduo possui uma disposição maior em determinado período do dia. **CONCLUSÕES:** Os resultados mostram que os trabalhadores de enfermagem da instituição pesquisada podem estar apresentando alteração na saúde em decorrência da discordância ao turno de trabalho, o que pode estar relacionado à ocorrência de acidentes de trabalho. **IMPLICAÇÕES PARA A ENFERMAGEM:** Determinar que um trabalhador atue em um turno diferente do seu cronotipo é não admitir a existência de um mecanismo interno e individual que regula as alterações no organismo de forma sincronizada. Isso pode implicar em reflexos na saúde do trabalhador, muitas vezes imperceptíveis, mas que podem ser percebidos no decorrer do tempo, o que faz dessa temática uma questão antiga e nova para a pesquisa na enfermagem.

## REFERÊNCIAS

- 1 Horne JA, Osteberg O. A self-assessment questionnaire to determine morningness-eveningness in human circadian rhythms. *Int J Chronobiol.* 1976; 4(2) 97-110.
- 2 De Martino MMF, Ling SY. Características cronobiológicas de um grupo de alunos universitários de enfermagem. *Revista Ciência Médica.* 2004; 13(1): 43-49.
- 3 Benedito-Silva AA, Menna-Barreto L, Tenreiro S. Self-assessment questionnaire for the determination of morningness-eveningness types in Brazil. *Prog Clin Biol Res.* 1990; 314(sn): 89-98.
- 4 Schneider MLM. Estudo do cronotipo em estudantes universitários de turno integral e sua influencia na qualidade do sono, sonolência diurna e no humor. 2009 [Mestrado].  
Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Faculdade de Medicina, Porto Alegre.

**Descritores:** Enfermagem; Ritmo Biológico; Trabalho em turnos.

**Eixo:** Questões antigas e novas da pesquisa em enfermagem

**Área Temática:** Gerenciamento dos Serviços de Saúde e de Enfermagem