

## TRABALHO NOTURNO E OS RISCOS DE SAÚDE OCASIONADOS NO PROFISSIONAL DE ENFERMAGEM

Verônica Rodrigues Fonsêca Costa<sup>1</sup>, Soraya Maria de Medeiros<sup>2</sup>, Danielle Rezende Ferreira<sup>3</sup>, Júlia Gomes Fernandes Costa<sup>4</sup>, Danielle Fernanda dos Santos Mâcedo<sup>5</sup>.

**INTRODUÇÃO:** O trabalho noturno existe desde as origens da humanidade e, os profissionais que trabalham em sistema de turnos, encontram-se os enfermeiros, técnicos e os médicos, executando suas atividades todas as horas do dia e da noite<sup>(1)</sup>. Sabe-se que o trabalho noturno tem efeitos diretos e indiretos na saúde e na vida pessoal do trabalhador uma vez que pode causar alterações prejudiciais para a saúde dos trabalhadores<sup>(2)</sup>. Atribui-se a isso inúmeros problemas como: distúrbios do ritmo biológico, má postura e sobrecarga musculoesquelético, doenças mentais, distúrbios gastrointestinais, constipação e problemas cardíacos<sup>(3)</sup>. Diante desse contexto, questiona-se: Quais são os riscos de saúde aos quais os trabalhadores de enfermagem estão sendo expostos ao exercer as suas funções no trabalho noturno? **OBJETIVO:** Identificar os riscos de saúde aos quais os trabalhadores de enfermagem estão expostos ao exercer as suas funções no trabalho noturno. **DESCRIÇÃO METODOLÓGICA:** Trata-se de uma revisão integrativa de natureza qualitativo-descritiva. A busca ocorreu nos bancos de dados da Biblioteca Virtual de Saúde-BVS. Os critérios de inclusão foram artigos publicados em português, inglês e espanhol. Textos completos que abordassem como tema o trabalho noturno em qualquer ano de publicação. Foram excluídos artigos que não tinham resumos disponíveis e que estivessem publicados em mais de uma base de dados. O instrumento de coleta ocorreu de forma eletrônica em outubro de 2012. Para análise dos dados foram selecionados 14 artigos segundo critérios de inclusão. **RESULTADOS:** A região sudeste obteve maior número de estudos com oito artigos, sendo cinco só na cidade de São Paulo. Em seguida da região sul com três artigos, um artigo na região Nordeste, no estado do Rio Grande do Norte, um artigo no

---

<sup>1</sup> Enfermeira. Especialista em Enfermagem Obstétrica e Formação Pedagógica em Educação Profissional na Área de Saúde-Enfermagem. Enfermeira do Pronto-Socorro da UMS Dr. Paulo Bernardino de Medeiros. ve99fonseca@hotmail.com

<sup>2</sup> Doutora em Enfermagem. Professora da graduação e pós-graduação em enfermagem da Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN.

<sup>3</sup> Aluna de Iniciação Científica do curso de enfermagem da Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN.

<sup>4</sup> Enfermeira. Mestranda do Programa de Pós graduação da UFRN - PPGEnf

<sup>5</sup> Aluna de Iniciação Científica do curso de enfermagem da Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN.

Centro-Oeste na cidade de Goiânia. Observou-se que a cidade de São Paulo mais produziu artigos sobre trabalho noturno na área de enfermagem, pois estão os maiores hospitais do país e, com grandes avanços na área da pesquisa. Quanto ao ano de publicação, o ano de 2004 obteve a maior produção com quatro publicações, em seguida de 2009 com três publicações, no ano de 2006, 2010 houve duas em cada ano, em 2002, 2008 e 2011 apenas uma publicação em cada ano. Sendo que em 2003, 2005, 2007 e 2012 não tiveram nenhuma publicação. Em relação ao idioma, foi o português com o maior número de publicações, com onze trabalhos disponíveis, apenas três em inglês e nenhum em espanhol. Em relação ao tipo de revista às quais foram publicados os artigos. Nove artigos somente em revista de enfermagem, três em cadernos de saúde pública, uma na revista Einstein e uma na revista de saúde pública. Isso significa dizer que a enfermagem está preocupada com a saúde dos profissionais. No que se refere ao tipo de estudo e delineamento da pesquisa, dois estudos do tipo exploratório, dois estudos de abordagem quantitativa, um estudo de natureza qualitativa, uma revisão sistemática, uma revisão analítica com abordagem qualitativa, um estudo transversal, um estudo abrangente, um artigo de pesquisa, uma investigação de campo com abordagem qualitativa, uma pesquisa qualitativa e dois fóruns. Quase todos os artigos analisados foram desenvolvidos em instituições hospitalares públicas com um total de nove artigos, um na universidade, dois em centro de pesquisa, sendo um realizado em três locais diferentes como: hospital, indústria petroquímica e companhias de caminhões de carga, e um não foi delimitado a instituição. Quanto aos riscos em que os trabalhadores estão expostos o estudo aponta que os prejuízos decorrentes do não atendimento à necessidade humana básica de sono e repouso estão: insônia, queda de cabelo, diminuição da capacidade de concentração e reflexos<sup>(4)</sup>. A falta de recuperação do sono deixa os indivíduos mais cansados, irritados e nervosos, causando outros prejuízos como: estresse, ansiedade, depressão, enxaqueca, enjoo e mau humor. Com relação aos riscos encontrados nos estudos estão às doenças gástricas como as mais citadas, pela mudança nos hábitos alimentares como consumo excessivo de café e o uso abusivo de refrigerante, especificamente coca cola para vencer a sonolência noturna. Em seguida vem às doenças cardiovasculares causadas pelo sedentarismo, consumo de cigarro, refeições com alto teor calórico como gorduras e carboidratos. Além de Câncer e Diabetes<sup>(5)</sup> o sono traz vários problemas para a saúde do trabalhador, quando ele não consegue dormir. Além da fadiga, podem ocorrer acidentes de trabalho, interferência na vida familiar e social. **CONCLUSÃO:** Foi observado que a predominância do trabalho

noturno é do sexo feminino, devido os afazeres domésticos. As pesquisas se deram mais na área de enfermagem, com as enfermeiras, técnicos e auxiliares de enfermagem. O estudo das pesquisas foi realizado apenas em hospitais públicos, principalmente universitários, onde o campo é prioridade dos acadêmicos e docentes. Não foram encontrados estudos em hospitais privados relacionados a essa temática. Nesta pesquisa foram constatados inúmeros prejuízos que causa o trabalho noturno na vida dos trabalhadores de enfermagem, destacando-se as doenças crônicas e cardiovasculares. Apesar de todos os transtornos, os benefícios atribuídos estão associados à remuneração, disponibilidade para atividades diurnas, como também necessidade de assistência de enfermagem noturna. A característica inerente ao trabalho de enfermagem exige que seja realizado o tempo todo em pé, desde o preparo da medicação, administração, verificação de sinais vitais, mobilização do paciente e outras atividades realizadas no decorrer do plantão o que nem sempre consegue descanso no ambiente de trabalho podendo gerar uma sobrecarga para o profissional e também uma insatisfação pessoal. Desta forma, a categoria deve manter uma luta constante aos conselhos de classe, sindicatos, associações, ministério de saúde e ministério do trabalho, criando programas que beneficiem os trabalhadores do serviço noturno, reduzindo a jornada de trabalho e uma melhor condição no ambiente de trabalho.

**CONTRIBUIÇÕES OU IMPLICAÇÕES PARA A**

**ENFERMAGEM:** Considerando como um fator de risco, faz-se necessário promover ações de prevenção à saúde, e minimizar pelo menos os riscos já existentes. Buscar estratégias de melhoria das condições de trabalho, tais como, a regulação de locais de repouso, a oferta de alimentação vinculada a cada turno de trabalho com qualidade adequada, entre outros.

**REFERÊNCIAS:**

1. Macedo MLAF. Trabalho noturno em saúde: histórias de mulheres trabalhadoras de enfermagem [dissertação]. Natal (RN): Universidade Federal do Rio Grande do Norte; 2006.
2. Lisboa LTM, Oliveira MM, Reis DL. O trabalho noturno e a prática de enfermagem: Uma percepção dos estudantes de enfermagem. Esc Anna Nery. 2006; 10(3): 393-8.
3. Lisboa LTM, Souza ODVN, Santos MD, Fernandes CM, Ferreira DER. O trabalho noturno e suas repercussões na saúde do trabalhador de enfermagem. Rev. Enferm. UERJ. 2010; 18(3): 478-83.
4. Neves OAJM, Branquinho SSCN, Paranaguá BTT, Barbosa AM, Siqueira MK. Influência do trabalho noturno na qualidade de vida do enfermeiro. Rev. Enferm. UERJ. 2010; 18(1): 42-7.
5. Claudia RCM, Louzada FM. What happens to the body when one works at night? Cad. Saúde Pública v.20 n.6 Rio de Janeiro

nov./dez.2004.**DESCRITORES:**Trabalho noturno;Equipe de enfermagem;Saúde do trabalhador.

**Eixo:** O que e para que pesquisar: limites e possibilidades das linhas e grupos de pesquisa em enfermagem.

**Área temática:** Saúde e qualidade de vida