

AS VULNERABILIDADES NO AMBIENTE DE TRABALHO DE ENFERMAGEM: IMPLICAÇÕES NO ADOECIMENTO E USO DE PSICOATIVOS

Ana Laura Leal de Sousa¹, Oberto César dos Santos¹, Tarciany Roberta Campos Melo¹, Rosa Régia S. de Medeiros², Ana Maria Sá Barreto Maciel³

RESUMO

Objetivo: identificar os fatores de vulnerabilidade presentes na sala vermelha que favorecem o uso de substâncias psicoativas entre a equipe de enfermagem.

Método: estudo de campo descritivo-exploratório, com delineamento transversal, contendo abordagem quantitativa, sendo uma pesquisa censitária, realizada com 14 enfermeiros e 49 técnicos de enfermagem que atuam no setor de emergência (sala e área vermelha) de um hospital de grande porte do agreste pernambucano.

Resultados: entre os pesquisados, há predominância do sexo feminino (70%), destes profissionais (46%) trabalham há mais de cinco anos no setor, no ambiente de trabalho (23%) sentem-se estressados, (16%) desmotivados, (18%) cansados. Dos 63 participantes, (29%) não estão satisfeitos com a indisponibilidade de materiais para procedimentos, e apenas (10%) clonazepam e codeína (3%).

Conclusão: Os fatores de vulnerabilidade relacionados ao meio de trabalho exercem relação no adoecimento dos profissionais, culminando no possível uso de psicoativos.

DESCRITORES: Análise de vulnerabilidade; Emergência; Estresse ocupacional; Saúde do trabalhador; Processo saúde-doença.

¹ Discentes de enfermagem pelo Centro Universitário Tabosa de Almeida. Caruaru, PE, Brasil.

² Enfermeira. Docente do Centro Universitário Tabosa de Almeida. Caruaru, PE, Brasil.

³ Psicóloga. Docente do Centro Universitário Tabosa de Almeida. Caruaru, PE, Brasil.

INTRODUÇÃO

As demandas de funções adicionadas à complexidade das organizações hospitalares e às condições de trabalho as quais os enfermeiros são expostos podem contribuir na insatisfação pessoal destes profissionais, quando associado aos aspectos físicos, ambientais e relacionais. Implicam em atividades que culminam na geração de sofrimento, quando não, adoecimento⁽¹⁾.

O processo de adoecimento psíquico associado à escassez de recursos materiais, tensões, estresse, insalubridade, excesso de carga horária de trabalho, má remuneração, presença de hierarquia nas equipes de saúde e o desprestígio social são condicionantes capazes de refletir na qualidade assistencial que vai ser fornecida ao usuário⁽²⁾.

Desta maneira, verifica-se que o ambiente hospitalar é um espaço de trabalho que na maioria das vezes, tem comprometido à saúde da equipe de enfermagem, visto que, as instituições hospitalares são organizações exigentes, competitivas e burocratizadas, que muitas vezes massacram os trabalhadores e provocam repercussões na qualidade da assistência e no desempenho de suas funções⁽³⁾. Essa demanda de funções adicionada à complexidade das organizações hospitalares faz com que os trabalhadores fiquem expostos a situações emocionalmente intensas tais como vida, enfermidade e morte, o que frequentemente poderá desencadear ansiedades, tensões físicas e mentais⁽⁴⁾.

A Organização Mundial de Saúde, alerta quanto aos transtornos depressivos, classificando-os como a quarta maior causa de impacto entre as diversas doenças existentes, superando as doenças crônicas não transmissíveis. Comumente, este sofrimento psíquico ocorre entre médicos, enfermeiros e técnicos de enfermagem que utilizam psicofármacos como meio de aliviar as tensões cotidianas do seu âmbito de trabalho⁽⁵⁾. Neste contexto, os fatores que favorecem o descontentamento dos enfermeiros e técnicos, principalmente os que trabalham nas áreas de urgência e emergência⁽⁶⁾, facilitam a busca por psicofármacos para amenizar seus

sofrimentos, no entanto, quando não resolvido, o profissional tendência a fazer o uso, por muitas vezes abusivo, de medicamentos e conseqüentemente acarretará riscos à saúde⁽⁷⁾.

Desta forma, a realização desta pesquisa justifica-se pelo percebimento nos campos de estágios a existência da vulnerabilidade ao qual os trabalhadores de enfermagem encontram-se expostos diante do que já está supracitado. Tendo implicância direta no processo assistencial, bem como sendo considerado um problema de saúde pública onde necessita-se de um aprofundamento científico em torno dos processos a que esses profissionais estão expostos. Desse modo, a eleição do tema é cabível por meio das próprias lacunas existentes na produção do conhecimento em relação ao objeto de estudo. Desta maneira, o presente estudo objetiva identificar os fatores de vulnerabilidade presente no ambiente de trabalho da sala vermelha que favorecem o uso de substâncias psicoativas entre a equipe de enfermagem.

MÉTODOS

Estudo de campo descritivo-exploratório, com delineamento transversal, contendo uma abordagem quantitativa dos dados apresentado, por se tratar de uma pesquisa censitária, dispensa a realização de cálculo amostral. A população da pesquisa foi composta por 14 enfermeiros e 49 técnicos de enfermagem, que atuam no setor de emergência, sala e área vermelha de um hospital público de grande porte no agreste de Pernambuco. O quantitativo e o dimensionamento dos profissionais foi disponibilizado pela coordenação de enfermagem do referido hospital.

Como critérios de elegibilidade foram incluídos todos os enfermeiros e técnicos de enfermagem que atuam na sala e área vermelha, excluindo profissionais que são de outros setores e que estejam complementando carga horária ou troca de plantão.

O período de coleta teve início no mês de setembro de 2018 e fim em dezembro do mesmo ano, iniciando-se após a liberação da carta de anuência pela Unidade Hospitalar e

aprovação pelo Comitê de Ética em Pesquisa através do CAAE 93254718.7.0000.5203. A participação dos profissionais se deu mediante a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, (TCLE), corroborando com os objetivos da pesquisa. Esta pesquisa, não ofereceu ônus ou bônus financeiros para o hospital ou para os participantes.

A coleta dos dados ocorreu através do preenchimento de um questionário estruturado, autoaplicável e com questões objetivas que foram entregues aos sujeitos da pesquisa, cujas perguntas eram de múltiplas escolhas e de resposta única. As perguntas abordavam os seguintes eixos temáticos: jornada de trabalho, infraestrutura do ambiente de trabalho, falta de recursos materiais, questão relacionada ao sono, cansaço físico e mental, sobrecarga de trabalho, bem como estresse e automedicação entre profissionais de enfermagem. Desta forma, sendo respondido durante o expediente, no entanto de maneira que não atrapalhasse os processos de trabalhos. Protegendo sempre a identidade e assegurando a confidencialidade das informações.

Os dados analisados seguiram uma distribuição por frequência, em que foram expressos em total bruto e percentuais, sendo processados e tabulados por meio do programa Microsoft Office Excel, na versão 2007, e posteriormente expostos através de tabelas. A pesquisa tem uma relevância social e profissional, pois através desta, serão analisados os fatores de vulnerabilidade que geram o adoecimento da equipe de enfermagem no ambiente de trabalho da emergência, servindo como referência, para mudança nas condições existentes e gerando entendimento sobre os determinantes e condicionantes do adoecer, o que por fim reflete na assistência gerada os usuários do serviço.

RESULTADOS

A categorização dos dados presentes na tabela referem-se às informações sociodemográficas dos entrevistados, na qual evidencia-se que dos 63 participantes, 29 (46%) encontram-se na faixa etária de 30 a 39 anos, 44 (70%) são do sexo feminino, 38 (60%) são

solteiros(as), 48 (78%) são técnicos de enfermagem, e 32 (51%) recebem um salário mínimo, conforme demonstrado na Tabela 1.

Tabela 1 - Características do Perfil Sociodemográfico dos Profissionais de Enfermagem (n=63), de um hospital de grande porte do agreste pernambucano . Caruaru, PE, Brasil, 2018

Variáveis		
Idade	n	%
20-29	12	19%
30-39	29	46%
40-49	17	27%
50-59	5	8%
Sexo	n	%
Masculino	19	30%
Feminino	44	70%
Estado Civil	n	%
Solteiro(a)	38	60%
Divorciado(a)	3	5%
Casado(a)	17	27%
Viúvo(a)	1	2%
União Estável	4	6%
Categoria Profissional	n	%
Enfermeiro	14	22%
Técnicos de enfermagem	49	78%
Renda individual	n	%
1 Salário mínimo	32	51%
2 Salários mínimos	14	22%
3 Salários mínimos	13	21%
Mais de 3 Salários	4	6%

Quanto aos fatores de vulnerabilidades no ambiente de trabalho, o estudo apontou que 39 (62%) dos pesquisados atuam há mais de 5 anos como profissionais de enfermagem; 29 (46%) atuam na emergência há mais de 5 anos; sendo 59 (94%) que atuam numa carga horária de 24 horas ou seja, 25 (40%) tem uma jornada de trabalho semanal de 30 horas na instituição, 22 (59%) trabalham em mais de uma instituição de saúde, 38 (60%) referem que além de trabalhar na instituição do estudo possuem mais um vínculo empregatício, 51 (81%) relatam terem tempo para cuidar de si mesmo com a jornada de trabalho, 54 (86%) utilizam o horário de repouso durante o plantão para descansar, 32 (23%) sentem-se estressados no ambiente de trabalho. Em relação às condições no ambiente de trabalho consideradas insatisfatórias, 38

(20%) referem que a infraestrutura do ambiente de trabalho é insatisfatória, 55 (29%) a disponibilidade de materiais para procedimento, 30 (16%) sobrecarga de trabalho e 44 (23%) exposição à riscos.

Tabela 2 - Fatores de vulnerabilidade relacionados ao ambiente de trabalho dos Profissionais de Enfermagem (n=37), de um hospital de grande porte do agreste pernambucano. Caruaru, PE, Brasil, 2018

Variáveis		
Tempo que trabalha como Profissional de Enfermagem	n	%
Menos de 1 ano	8	13%
Acima de 1 ano	16	25%
Mais de 5 anos	39	62%
Tempo de trabalho na emergência	n	%
Menos de 1 ano	9	14%
Acima de 1 ano	25	40%
Mais de 5 anos	29	46%
Horário de trabalho neste hospital	n	%
12 horas	4	6%
24 horas	59	94%
Jornada de trabalho semanal	n	%
30 horas	25	40%
40 horas	10	16%
44 horas	15	24%
Mais de 44 horas	13	21%
Trabalha em mais alguma instituição	n	%
Sim	38	60%
Não	25	40%
Quantidade de outros empregos	n	%
Em mais 1	26	68%
2	9	24%
3	3	8%
4	-	-
Jornada de trabalho/carga horária permite ter tempo para cuidar de si	n	%
Sim	51	81%
Não	12	19%
Horário de descanso durante o plantão, você utiliza para descansar	n	%
Sim	54	86%
Não	9	14%
Qual sentimento no ambiente de trabalho	n	%
Cansaço	25	18%
Estresse	32	23%
Impotência	16	12%
Desmotivação	22	16%
Ansiedade	12	9%
Insatisfação	18	13%

Não se aplica	14	10%
Condições no ambiente de trabalho consideradas insatisfatórias	n	%
Infraestrutura	38	20%
Relação com o colega de trabalho	7	4%
Disponibilidade de materiais para procedimento	55	29%
Sobrecarga de trabalho	30	16%
Carga horária de trabalho	12	6%
Exposição à riscos	44	23%
Outros	3	2%
Não se aplica	14	10%

Uso de substância psicoativas e medicamentos 45 (71%) referiram que não fazem uso nenhum medicamento, e 10 (42%) fazem o uso de medicamentos advindo de prescrição médica, 12 (26%) fazem uso de medicação para dor de cabeça, 6 (10%) relata fazer o uso de tranquilizantes e 58 (92%) alegam que não fazem uso de opióides.

Tabela 3 - Uso de substâncias psicoativas e medicamentos utilizados por Profissionais de Enfermagem (n=37), de um hospital de grande porte do agreste pernambucano. Caruaru, PE, Brasil, 2018

Variáveis		
Faz o uso de algum medicamento?	n	%
Sim	24	38%
Não	45	71%
Se SIM, você faz o uso da medicação por:	n	%
Prescrição médica	10	42%
Automedicação	14	58%
Por qual sintoma ou doença, você fez o uso de alguma medicação?	n	%
Ansiedade	6	13%
Insônia	5	11%
Dor de cabeça	12	26%
Fadiga	-	-
Dores musculares	10	22%
Diabetes mellitus	4	9%
Hipertensão	6	13%
Doença renal	-	-
Faz o uso de benzodiazepínicos e barbitúricos?	n	%
Clonazepam	6	10%
Diazepam	3	5%
Midazolam	-	-
Somaliun	-	-
Não usa	54	86%
Faz o uso de analgésicos opióides?	n	%
Morfina	0	0%
Codeína	2	3%

Dolantina	0	0%
Outros	3	5%
Não usa	58	92%

DISCUSSÕES

De acordo com o apresentado nos dados a maioria dos entrevistados trabalham há mais de cinco de anos no setor de emergência, setor este que os profissionais devem realizar uma assistência com sincronia e agilidade, devido a gravidade do quadro clínico dos usuários. Por conseguinte, esses profissionais lidam diariamente com o sofrimento e a morte, implicando na saúde desses cuidadores, o que pode resultar em seu descontentamento diante do seu trabalho⁽⁸⁾.

O serviços de emergência hospitalar pode ser considerado um ambiente no qual os trabalhadores de enfermagem são sujeitos a uma exposição maior de estresse laboral, devido a exposição a fatores conflituosos que predispõe, a agravos e riscos à saúde: tensões, estresse, superlotação, insalubridade e infraestrutura inadequada⁽⁹⁻²⁾. Esses fatores geram sentimentos desconfortáveis a esses profissionais, como os relatados pelos depoentes da pesquisa, em que: estresse, cansaço, insatisfação e desmotivação são os que mais se repetem, reafirmando o dito pelos autores.

A maior porcentagem de profissionais entrevistados relataram cumprem uma escala de 24 horas por plantão, sendo equivalente a 30 horas semanais e nesta maioria trabalham em mais de uma instituição. Este último, pode ser explicado por maior quantitativo de respostas quantificarem que estes profissionais recebem em torno de um salário mínimo, o que entra em consonância com o que já é apresentado na literatura mostrando que cerca de 27 mil (1,8%) profissionais de enfermagem recebem menos de um salário mínimo por mês e 16.8% recebem até mil reais mensais, explicando o que na maioria das vezes gera o excesso de trabalho desses profissionais na busca de novos vínculos empregatícios na melhora da qualidade de vida, levando-os ao desgaste físico e mental⁽¹⁰⁾. O que também vai de encontro ao dito por Fischer

⁽¹¹⁾ et al, que trabalhador expostos a grande desgastes psicológico e corporal devido a carga de trabalho, de maneira rotineira, assim como os entrevistados, comprometem as condições de saúde e fatores conjugais. A soma da longa ou dupla jornada de trabalho interligada a mais de um vínculo de trabalho, juntamente com trabalho noturno e plantões de 24 horas, podem implicar na redução do tempo sono dos profissionais⁽¹²⁾, o que encontra-se como fator explicativo do sentimento de cansaço exposto por 18% dos profissionais. Atualmente no campo da saúde o horários disponibilizados aos trabalhadores de enfermagem são em sua maioria associados turnos diurnos e noturnos, atingindo de forma negativa nas particularidades da vida de cada profissional, bem como no horário de repouso, no momento de distração e também na saúde deste profissional⁽¹³⁾.

Infraestrutura, falta de insumos para procedimento e exposição a risco, são as maiores porcentagem quando se trata de insatisfação profissional, servindo de meio para aumento do sofrimento, assim com diz Lima e Ésther, que as atividades em ambiente hospitalar abrange fatores que geram insalubridade e propiciam possíveis danos à saúde dos profissionais de enfermagem, que por sua vez, não possuem escolha e se submetem constantemente as más condições de trabalho, pressões sociais e psicológicas, contribuindo inevitavelmente a um sofrimento ao qual deveria ser gerenciado pelos trabalhadores em virtude de seu bem estar e qualidade de vida⁽¹⁴⁾.

Diante de todo o exposto, o estresse foi o sentimento mais presente dentro da unidade de emergência, o que mostrasse similar ao estudo realizado em trabalhadores de unidade de terapia intensiva (UTI), também por tratar-se de cuidados com clientes críticos com alto grau de complexidade, estão mais propensão a um sofrimento psicológico, advindo de procedimentos complicados e intercorrências com os assistidos, o que promovem momentos estressantes⁽¹⁵⁾.

Este tipo de sofrimento começa a apresenta-se cada vez mais recorrente entre os estudos que avaliam as condições de saúde dos profissionais. Com isso diversos autores, expressam que com a alta dessas angústias, os enfermeiros tendem a utilização de psicofármacos, como meio redução dos tormentos sentidos⁽¹⁶⁻¹⁷⁾. Esses tipo de fármacos ou também achamos de substâncias psicoativas, estão classificadas como drogas atuantes no Sistema Nervoso Central (SNC) modulando a liberação de neurotransmissores e assim agindo sobre o estado mental e prestando ação no comportamento, no humor e na cognição. É importante ressaltar que esse tipo de medicamento podem levar a compulsão e efeitos nocivos⁽¹⁸⁾. É claro que os profissionais integrantes dessa pesquisas encontram-se expostos a riscos que favorecem o uso desses psicotrópicos, o que se afirma pois entre os entrevistados, mesmo com um pequeno percentual, há a utilização de tranquilizantes e analgenicos derivados do opio.

No que se refere ao uso de medicações e por qual motivo ele é indicado, apenas 42% dos profissionais afirmaram que utilizam algum medicamento por indicação médica, no entanto, quando foi perguntado “por qual sintoma ou doença, você fez o uso de alguma medicação?” 38% dos profissionais responderam que fazem o uso de medicamento por algum motivo, sendo esses: ansiedade, insônia, cefaleia, fadiga, diabetes mellitus e hipertensão. Desta forma, é notório que há uma contradição entre as respostas das questões citadas acima. Um estudo aponta quanto ao não uso e o uso favorável de medicamentos alertando quanto a importância da ética do profissional em respeitar as prescrições de medicamentos, sendo salientado no depoimento do sujeito da pesquisa que o mesmo já fez o uso de um medicamento já prescrito por um médico antes e acaba reutilizando o medicamento sem uma nova receita, ou seja, automedicação⁽¹⁹⁾. Em consonância, a literatura aponta a cefaleia como uma das maiores causas de automedicação entre profissionais de saúde brasileiros, evidenciando que os medicamentos mais utilizados seriam entre os profissionais são: antiinflamatório não esteróide (AINE) e anti-inflamatório, corticosteroide, gastroprotetor, relaxante muscular. Constatou-se

que a prática da automedicação entre profissionais de saúde brasileiros comumente é realizada para aliviar sintomas: dor de cabeça, gastrite, lombalgia, infecção, tosse, resfriado. Além disso, a dor é referida pela maioria dos sujeitos do estudo⁽²⁰⁾.

Com o decorrer do estudo, observou-se limitações quanto ao quantitativo de publicações científicas para amplitude no embasamento dos achados. Além da natureza do estudo impossibilitar a coleta e registros de determinadas ações subjetivas, presentes durante as entrevistas.

CONCLUSÃO

Observou-se que os trabalhadores de enfermagem encontram-se expostos a fatores de vulnerabilidades no seu ambiente de trabalho, sendo este um meio propício para o surgimento de processos patológicos físicos e mentais. De tal modo, que os participantes podem fazer o uso de substâncias psicoativas, na tentativa de alívio do descontentamento e sentimentos estressantes presentes no serviço e dia a dia. Conseguindo-se assim identificar, a eventual relação que o meio de trabalho exerce sobre a probabilidade do adoecimento, culminado no possível uso de psicotrópicos.

Recomenda-se expandir as discussões sobre a temática, desenvolvendo estudos, cujos sujeitos da pesquisa sejam trabalhadores de enfermagem que atuam em outros setores hospitalares, bem como, a realização de estudos quanti-qualitativos, dado que ambas abordagens se complementam, viabilizando melhor contribuição para compreender os fenômenos da temática investigada.

Por intermédio desse estudo, espera-se despertar um maior estímulo e motivação aos profissionais da classe para um amplo empoderamento no enredo da pesquisa, e também, no impulsionamento da expansão de pesquisas na área da saúde do trabalhador de enfermagem, visto ser uma esfera de atuação pouco discutida, o que nos evoca ao dever de um olhar atento

às necessidade de intervenções nos serviços e na melhoria e valorização desses enfermeiros. Ademais, faz-se imprescindível a criação e implantação de medidas estratégicas, por meio da alta gestão, que favoreçam a minimização de tais fatores citados no decorrer deste estudo, com a finalidade de proporcionar uma redução aos desconfortos, melhorando os condicionantes que atuam no processo de saúde-doença existente no âmbito do trabalho.

REFERÊNCIAS

1. Vieira TG, Beck CLC, Dissen CM, Gobatto SCM, Coelho APF. Adoecimento e uso de medicamentos psicoativos entre trabalhadores de enfermagem de unidades de terapia intensiva. *Rev. enferm. UFSM*. [Internet]. 2013 [acesso em 24 out 2018]; 3(2). Disponível em: <http://dx.doi.org/10.5902/217976927538>.
2. Medeiros SM, Ribeiro LM, Fernandes SMBA, Veras VSD. Condições de trabalho e enfermagem: a transversalidade do sofrimento no cotidiano. *Rev. eletr. enf.* [Internet]. 2006 [acesso em 24 out 2018]; 8(2). Disponível em: https://www.fen.ufg.br/revista/revista8_2/v8n2a08.htm.
3. Silva BM, Lima FRF, Farias FSAB, Campos ACS. Jornada de trabalho: fator que interfere na qualidade da assistência de enfermagem. *Texto Contexto Enferm.* [Internet]. 2006 [acesso em 24 out 2018]; 15(3). Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/S0104-07072006000300008>.
4. Martins MCA (2003) apud Amestoy SC, Schwartz E, Thofehrm MB. A humanização do trabalho para os profissionais de Enfermagem. *Acta Paul. Enferm.* [Internet]. 2006 [acesso em 01 nov 2018];19(4). Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/S0103-21002006000400013>.
5. Kaminski ML (2013) apud Vieira GCG, Brida RL, Macuch RS, Massuda EM, Preza GP. Uso de psicotrópicos pelo enfermeiro: sua relação com o trabalho. *Cinergis.* [Internet]. 2016 [acesso em 01 nov 2018]; 17(3). Disponível em: <http://dx.doi.org/10.17058/cinergis.v17i3.8118>.
6. Costa AF, Araújo DV, Barros WCTS. O trabalho do enfermeiro no setor de urgência/emergência hospitalar. In: XIII Encontro Latino Americano de Iniciação Científica e IX Encontro Latino Americano de Pós-Graduação – Universidade do Vale do Paraíba; 2008. p. 1-4; São José dos Campos, Brasil. São José dos Campos: Universidade do Vale do Paraíba; 2008.
7. Schneider APH, Azambuja PG. Uso de fármacos psicotrópicos por profissionais da saúde atuantes da área hospitalar. *Infarma.* [Internet]. 2015 [acesso em 06 nov 2018]; 27(1). Disponível em: <http://dx.doi.org/10.14450/2318-9312.v27.e1.a2015.pp14-21>.
8. Santos JLG, Lima MADS, Pestana AL, Colomé ICS, Erdmann AL. Strategies used by nurses to promote teamwork in an emergency room. *Rev. Gaúcha de Enferm.* [Internet]. 2016 [acesso em 06 nov 2018]; 37(1). Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/1983-1447.2016.01.50178>.

9. Azevedo ALCS, Pereira AP, Lemos C, Coelho MF, Chaves LDP. Organização de serviços de emergência hospitalar: uma revisão integrativa de pesquisas. *Rev. Eletr. Enf.* [Internet]. 2010 [acesso em 13 2018]; 12(4). Disponível em: <http://dx.doi.org/10.5216/ree.v12i4.6585>.
10. FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ. Pesquisa inédita traça perfil da enfermagem no Brasil. [Internet] Rio de Janeiro: Fundação Oswaldo Cruz; 2015 [acesso em 13 nov 2018]. Disponível em: <https://portal.fiocruz.br/noticia/pesquisa-inedita-traca-perfil-da-enfermagem-no-brasil>.
11. Fischer FM, Borges FNS, Rotenberg L, Latorre MRDO, Soares NS, Rosa PLFS, et al. Work ability of health care shiftworkers: what matters? *Chronobiol Int.* [Internet]. 2006 [acesso em 13 2018]; 23(6). Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1080/07420520601065083>.
12. Borges FNS, Fischer FM, Rotenberg L, Soares NS, Fonseca MB, Smolensky MH, et al. Effects of naps at work on the sleepiness of 12-hour night shift nursing personnel. *Sleep Sci.* [Internet]. 2009 [acesso em 13 nov 2018]; 2(1). Disponível em: <http://producao.usp.br/handle/BDPI/14285>.
13. Mello MT, Narciso FV, Mello AS, Ruiz FS. Transtorno do sono e segurança do trabalho. *Revista do TRT da 15ª Região.* [Internet]. 2015 [acesso em 14 nov 2018]; 46. Disponível em: https://juslaboris.tst.jus.br/bitstream/handle/20.500.12178/100800/2015_mello_marco_transtornos_sono.pdf?sequence=1.
14. Júnior JHVL; Ésther AB. Transições, Prazer e Dor no Trabalho de Enfermagem. *Rev. de administração de Empresas.* [Internet]. 2001 [acesso em 14 nov 2018]; 41(3). Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/S0034-75902001000300003>.
15. Gomes GC, Filho WDL, Erdmann AL. O sofrimento psíquico em trabalhadores de UTI interferindo no seu modo de viver a enfermagem. *Rev. enferm. UERJ.* [Internet]. 2006 [acesso em 14 nov 2018]; 14(1). Disponível em: <http://repositorio.furg.br/handle/1/1541>.
16. Kaminski ML. Uso de psicofármacos em trabalhadores de hospitais universitários de Pelotas/RS: prevalência e fatores associados [dissertação]. Pelotas (RS): Universidade Católica de Pelotas; 2010.
17. Martins ERC, Zeitoune RCG, Francisco MTR, Spindola T, Marta CB. Concepções do trabalhador de enfermagem sobre drogas: a visibilidade dos riscos. *Rev. enferm. UERJ.* [Internet]. 2009 [acesso em 14 nov 2018]; 17(3). Disponível em: <http://www.facenf.uerj.br/v17n3/v17n3a12.pdf>.
18. Picolotto E, Libardoni LFC, Migott AMB, Geib LTC. Prevalência e fatores associados com o consumo de substâncias psicoativas por acadêmicos de enfermagem da Universidade de Passo Fundo. *Ciênc. saúde coletiva.* [Internet]. 2010 [acesso em 14 nov 2018]; 15(3). Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/S1413-81232010000300006>.
19. Oliveira AF, Teixeira ER. Conception about self-medication use by the nursing staff in oncology intensive care. *J Nurs UFPE on line.* [Internet]. 2016 [acessado em 14 nov 2018]; 10(1). Disponível em: <https://doi.org/10.5205/1981-8963-v10i1a10917p24-31-2016>.

20. Galvan MR, Pai DD, Guanito MEE. Self medication among health professionals. REME rev. min. enferm. [Internet]. 2016 [acesso em 14 2018]; 20. Disponível em: <http://www.dx.doi.org/10.5935/1415-2762.20160029>.