

Relação entre as condições de trabalho e a qualidade de vida de profissionais de enfermagem de Caruaru- Pernambuco

Relationship between working conditions and the quality of life of nursing professionals from Caruaru- Pernambuco

Lima, Leandro de Albuquerque; Freitas, Iracema; Epifânio, Kléberto Ângelo de Moura; Nunes, Shirlaine Marques Florêncio.

Resumo O objetivo deste estudo é analisar a relação entre as condições de trabalho e a qualidade de vida dos profissionais de enfermagem dos hospitais públicos municipais da cidade de Caruaru, Pernambuco. Trata-se de um estudo descritivo, transversal e inferencial realizado com 260 profissionais de enfermagem dos 05 hospitais públicos municipais. Para coleta de dados, utilizou-se um questionário contendo questões sobre dados sociodemográficos, jornada de trabalho, vínculo empregatício, estado de saúde e estilo de vida (prática de atividade física e sono). Para análise dos dados, utilizou-se o teste qui-quadrado com significância de $p \leq 0,05$. Os resultados apontam elevada carga de trabalho exercida por esses profissionais, a qual interfere em sua vida pessoal, profissional, familiar e social. A ausência da prática atividade física mostrou-se não ser influenciada pela carga extensa de trabalho, porém, essa falta pode influenciar o surgimento de agravos à saúde. A jornada de trabalho apresentou resultado significativo quando associado à satisfação com a qualidade do sono. Os achados ressaltam a necessidade de ações de promoção da saúde nesse grupo ocupacional e a importância de avaliar o impacto das extensas jornadas na saúde dos trabalhadores.

Palavras-chave: Jornada de trabalho, qualidade de vida, enfermagem, sono, exercício físico.

Abstract The objective of this study is to analyze the relationship between working conditions and the quality of life of nursing professionals in the municipal public hospitals of the city of

Caruaru, Pernambuco. It is a descriptive, transversal and inferential study carried out with 260 nursing professionals from the 05 municipal public hospitals. For data collection, a questionnaire containing questions about socio-demographic data, work day, employment relationship, health status and lifestyle (physical activity and sleep) was used. For the analysis of the data, the chi-square test with significance of $p \leq 0.05$ was used. The results indicate a high workload of these professionals, which interferes in their personal, professional, family and social life. The absence of physical activity practice was shown not to be influenced by the extensive work load, however, this lack can influence the appearance of health problems. The workday presented a significant result when associated to satisfaction with sleep quality. The findings highlight the need for actions to promote health in this occupational group and the importance of evaluating the impact of long hours on workers' health.

Key words: Work Hours, quality of life, nursing, sleep, physical exercise.

INTRODUÇÃO

As condições de trabalho e saúde são fatores determinantes para a boa qualidade de vida do indivíduo. Segundo Minayo, Hartz e Buss¹, qualidade de vida (QV) é uma noção de natureza humana e engloba diversos significados que expressam conhecimentos, experiências e valores de indivíduos e coletividades. Tais significados refletem o momento histórico, a classe social e a cultura a que pertencem os indivíduos. Na área da saúde, a discussão da relação entre saúde e QV existe desde o surgimento da medicina social.

As relações entre a condição de saúde e o trabalho têm sido investigadas por diferentes áreas do conhecimento, revelando a preocupação dos pesquisadores quanto à influência mútua entre esses fatores². Nas décadas de 1970 e 1980, principalmente a partir de 1975, o mercado

de trabalho em saúde se expandiu significativamente, tornando-se um ramo de expressiva absorção de mão de obra³, entretanto, Elias e Navarro⁴ expõem que a expansão de vagas no setor não se fez acompanhada de significativa melhora nas condições de trabalho.

De acordo com Aquino, Araújo e Menezes⁵, no campo da saúde, tem sido evidenciado um crescimento quanto ao número de agravos relacionados à saúde dos profissionais de enfermagem, sendo frequentemente associados às características e condições de trabalho existentes. Os prejuízos observados afetam tanto a saúde física como a psicológica e podem comprometer o rendimento nas atividades laborais destes profissionais.

Segundo Siqueira et al.⁶, trabalhos em turnos, sobretudo, o noturno, a carga excessiva de trabalho e o estresse psicossocial no labor, são características típicas da profissão de Enfermagem no Brasil. Pode-se citar ainda, um estilo de vida com práticas desfavoráveis, como hábitos alimentares inadequados e inatividade física. A interação desses fatores pode afetar negativamente esses profissionais, tanto fisiologicamente quanto psicologicamente, com possíveis repercussões no surgimento de morbidades como o ganho de peso e as doenças crônicas não transmissíveis.

Embora se constituam um grupo numeroso de profissionais no país, a busca por estudos sobre a qualidade de vida dos profissionais de enfermagem relacionada a condições de trabalho dos mesmos, revela-se uma escassez. Além disso, a maioria das investigações realizadas enfocou principalmente os aspectos de saúde mental. Desse modo, o objetivo deste trabalho é analisar a relação entre as condições de trabalho e a qualidade de vida dos profissionais de enfermagem (enfermeiros e técnicos de enfermagem) dos hospitais públicos municipais da cidade de Caruaru, Pernambuco.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo descritivo, transversal e inferencial, realizado com profissionais de Enfermagem dos hospitais públicos municipais da cidade de Caruaru, Pernambuco, no período de dezembro de 2016 a abril de 2017.

Do total de 353 profissionais de Enfermagem que haviam nestes hospitais, foram excluídos 93 indivíduos, devido a não estarem de acordo com os critérios de inclusão do estudo, totalizando-se assim, uma amostra de 260 profissionais.

A coleta de dados foi autorizada através da carta de anuência, fornecida pelo gestor municipal de Saúde. Todos os profissionais de Enfermagem foram previamente orientados sobre a pesquisa, seus objetivos e convidados a participarem da mesma. Aqueles que aceitaram, assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

Como instrumento para a coleta de dados, utilizou-se um questionário adaptado de um modelo utilizado no estudo realizado por Siqueira et al.⁶. Foram excluídas questões irrelevantes para a pesquisa e adicionadas outras direcionadas ao objetivo do estudo. Esse questionário continha questões sobre dados sociodemográficos, jornada de trabalho, vínculo empregatício, estado de saúde e estilo de vida (alimentação, prática de atividade física e sono).

Para as análises descritivas foram utilizados inicialmente as medidas de tendência central (média ou mediana) e de dispersão (desvio ou erro padrão), isso em função da distribuição dos dados. Em paralelo, foi utilizada também a distribuição de probabilidades (análise percentual). Para as inferenciais, empregou-se o teste qui-quadrado de associação para as variáveis mudas, com um nível de significância de $p \leq 0,05$, considerando as variáveis: jornada de trabalho, prática de atividade física e satisfação com o sono.

O presente estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) do Centro Universitário Tabosa de Almeida (ASCES-UNITA) em 2016, através do parecer n. 1.771.208.

RESULTADOS

Dos 260 trabalhadores participantes da pesquisa, 85,8% foram do sexo feminino. A média da idade dos profissionais foi de 40 (\pm 9,1) anos. Observou-se a predominância de nível de escolaridade superior (48,5%) e indivíduos casados (59,7%) (Tabela 1).

Tabela 1: Descrição das variáveis sociodemográficas.

Característica	Frequência n° (%)
Sexo	
Feminino	223 (85,8)
Masculino	37 (14,2)
Idade	
	40
Escolaridade	
Ensino Fundamental Completo	5 (1,9)
Ensino médio incompleto	6 (2,3)
Ensino médio completo	93 (35,8)
Ensino superior incompleto	30 (11,5)
Ensino superior completo	126 (48,5)
Estado civil	
Casado	154 (59,7)
Separado	38 (14,7)
Viúvo	7 (2,7)
Solteiro	59 (22,9)

Com relação à composição da amostra, 67,3% foi formada por técnicos e 32,7% por enfermeiros. 54,8% trabalhavam há mais de 10 anos na área de Enfermagem. 58,8% trabalhavam em dois hospitais. Com relação aos horários de trabalho, 73,5% trabalham 12/60h semanais, sendo destes, 37,7% à noite e 35,8% durante o dia. Entre aqueles que trabalham à noite, 97,8% informaram que era permitido dormir ou descansar durante o expediente. Um

percentual de 62,8% relatou estar satisfeito com seu sono enquanto 37,2% apresentaram insatisfação com a qualidade do mesmo. No que diz respeito ao estado de saúde, 55,6% dos profissionais autorreferiram que o consideram como sendo, bom. Um expressivo percentual de 59,5% afirmou que, numa semana habitual de trabalho, não pratica atividades físicas para melhoria do condicionamento físico, saúde, estética ou como forma de lazer. Entre aqueles que praticam, 41,7% realizam, em média, 3 dias por semana. Com relação à locomoção até o trabalho, apresentou-se um elevado comportamento sedentário, onde 89,9% afirmou se deslocar de carro, moto ou transporte coletivo e 10,1% caminhando ou de bicicleta (Tabela 2).

Tabela 2: Descrição das características relacionadas à jornada de trabalho, atividade física e satisfação com a qualidade do sono dos profissionais de enfermagem.

Característica	Frequência n° (%)
Profissão	
Técnico de enfermagem	175 (67,3)
Enfermeiro	85 (32,7)
Tempo de atuação na área de enfermagem	
Menos de 10 anos	116 (45,2)
Mais de 10 anos	141 (54,8)
Quantidade de vínculos na área	
01 hospital	77 (29,6)
02 hospitais	153 (58,8)
03 hospitais ou mais	30 (11,6)
Horas de trabalho	
Plantão diurno 12/60	93 (35,8)
Plantão noturno 12/60	98 (37,7)
Plantão de 24h	56 (21,5)

Plantão diurno 12/36	3 (1,2)
Diarista	10 (3,8)
Dorme ou descansa durante o expediente	
Sim	223 (97,8)
Não	5 (2,2)
Satisfação com o sono	
Satisfeito	160 (62,8)
Insatisfeito	95 (37,2)
Estado de saúde (autorreferido)	
Bom	144 (55,6)
Regular	104 (40,2)
Ruim	11 (4,2)
Prática de atividade física semanal	
Sim	104 (40,4)
Não	153 (59,5)
Quantidade de dias que pratica atividade física	
Menos de 03 dias	36 (34,9)
03 dias	43 (41,7)
Mais de 03 dias	24 (23,3)
Locomoção até o trabalho	
Caminhando/Bicicleta	26 (10,1)
Carro/Moto/Transporte Coletivo	231 (89,9)

A associação realizada entre as variáveis “Jornada de trabalho e prática de atividade física”, apresentou um resultado não significativo ($p > 0,05$), ou seja, a extensa jornada de trabalho não interfere na não realização de atividade física por essa população. Já entre as variáveis “Jornada de trabalho e satisfação com a qualidade do sono”, encontrou-se um resultado significativo ($p \leq 0,05$), como demonstra a Tabela 3.

Tabela 3: Análise das variáveis: qualidade do sono e pratica de atividade física em relação à jornada de trabalho.

Variáveis analisadas	Qualidade do sono	Atividade Física	$p \leq 0,05$
Jornada de trabalho	0,01	0,5	A B

Legenda: A – Apresentou significância estatística ($p \leq 0,05$); B – Não apresentou significância estatística ($p > 0,05$).

DISCUSSÃO

As altas cargas de trabalho apresentadas pelos profissionais estudados, constituídas por mais de um local de trabalho na área de enfermagem e conseqüentemente muitas horas trabalhadas durante uma semana, influencia sua qualidade de vida, pois as longas jornadas de trabalho afetam negativamente tanto a vida profissional quanto a social e a familiar dos indivíduos^{7, 8}.

As dificuldades nos relacionamentos sociais e nas atividades pessoais^{7,8}, assim como a falta de tempo para o lazer e o cuidado com a saúde são frequentemente relacionadas às jornadas de trabalho extensas^{7,8-9}. Com isso, esse fato tem sido relacionado a um conjunto de doenças e sintomas tais como episódios depressivos, hipertensão arterial, problemas musculoesqueléticos, transtornos gastrintestinais, estresse e fadiga⁹⁻¹⁰, além de estarem associadas a comportamentos inadequados de saúde, tais como, ao maior consumo de álcool, ao tabagismo, à redução de exercício físico e ao padrão inadequado de sono/distúrbios do sono¹⁰⁻¹¹. Achados de um estudo, mostraram que profissionais de enfermagem com dupla jornada de trabalho, apresentaram um maior nível de estresse quando comparados àqueles com jornada única.

A regulamentação da jornada de trabalho em enfermagem, no Brasil, se dá por legislação que estipula a carga horária semanal de trabalho, variando de trinta a quarenta horas semanais¹².

No contexto hospitalar, a carga horária é organizada em escalas de plantões de 12 horas contínuas de trabalho, alternadas com 36 ou 60 horas de descanso^{8,10}. Essas jornadas de trabalho permitem que o profissional possua mais de um vínculo empregatício, o que se traduz em jornadas extremamente duradouros e extenuantes^{10,13}.

Aliada a esses fatores, a predominância do sexo feminino nessa profissão^{7,8,13} implica considerar a jornada de trabalho doméstico e sua interação com o trabalho profissional na avaliação do impacto das jornadas de trabalho na saúde, conforme demonstrado em outros estudos^{8,10,13}. Vale ressaltar, no entanto, quando se considera o trabalho na área da enfermagem, que a influência das longas jornadas influencia não apenas a saúde dos profissionais, como também o cuidado de enfermagem⁷.

A população estudada apresentou baixos níveis de atividade física em uma semana habitual de trabalho, no entanto, esse fato não mostrou ser influenciado pela longa jornada de trabalho apresentada por esses profissionais, porém, resultados de alguns estudos^{8,14-15} mostram que os profissionais de enfermagem atribuíam a ausência de atividade física à falta de tempo, o que diverge dos achados do presente artigo. De acordo com a OMS¹⁶, indivíduos adultos devem realizar, no mínimo, 150 minutos de atividade física aeróbica com intensidade moderada ou pelo menos 75 minutos de atividade física aeróbica com intensidade vigorosa por semana, ou a combinação das duas, para melhorar as funções cardiorrespiratórias, musculoesqueléticas, reduzir o risco de doenças crônicas não-transmissíveis e depressão. Segundo Devivo¹⁷, os baixos níveis atividade física pode influenciar negativamente na qualidade de vida desses indivíduos estimulando o surgimento de doenças crônicas como hipertensão arterial, obesidade, diabetes, entre outros males. O comportamento sedentário de se deslocar até o trabalho utilizando veículos, contribui para esse efeito.

Apesar da elevada carga de trabalho e do trabalho noturno a que são submetidos esses profissionais, grande parcela demonstrou uma boa satisfação com a qualidade do seu sono e a associação realizada mostrou que a jornada de trabalho interfere de forma positiva nessa boa satisfação. Contudo, deve-se levar em consideração as interferências que o trabalho à noite causa no organismo, como a alteração no ciclo vigília-sono.

Vários podem ser os prejuízos a saúde dos trabalhadores em turnos devido à dessincronização dos ritmos biológicos em relação aos horários de trabalho em turno, ou noturno, apresentando como sintomas mais frequentes, alterações de sono, distúrbios gastrintestinais, cardiovasculares, mal-estar, redução de desempenho, fadiga, irritabilidade, sonolência excessiva durante o dia, desordens psíquicas, interferência nas relações sociais e familiares¹⁸⁻²⁰.

Em estudo realizado com profissionais de enfermagem, onde analisou-se a qualidade do sono desses trabalhadores, observou-se que os sujeitos do grupo noturno tiveram uma melhor qualidade de sono noturno em relação ao grupo diurno²¹. Outra pesquisa realizada com profissionais de enfermagem em turnos fixos de 12 horas diárias, seguidas de 36 horas de descanso, mostrou que a percepção da qualidade do sono noturno dos indivíduos do grupo noturno em dias de descanso foi maior do que a qualidade do sono diurno em dias de trabalho noturno²². Em outra pesquisa realizada com enfermeiros que trabalhavam nos turnos, diurno e noturno, do Hospital de Clínicas da Faculdade de medicina de Ribeirão Preto-USP-SP, demonstrou através da polissonografia que a qualidade do sono diurno foi pior em comparação com o sono noturno, mostrando que houve elevado número de despertares e micro despertares que influenciaram de certo modo na qualidade do sono diurno²³. Diante desses achados, pode-se entender que mesmo que os profissionais não apresentem sintomas devido aos plantões noturnos e desgaste pelas longas jornadas de trabalho, eles poderão vir apresentar futuramente.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os resultados evidenciaram extensas jornadas de trabalho exercida pelos profissionais de enfermagem dos hospitais públicos municipais. Esse fato leva a uma maior exposição a fatores de risco para o surgimento de patologias e reduz o tempo e motivação para cuidados pessoais nessa população. Isso também acaba por interferir na vida familiar e social desses indivíduos. A ausência da prática de atividade física e o comportamento sedentário realizado em grande escala por esses trabalhadores, podem ser fatores estimulantes para o surgimento de agravos que comprometam sua integridade física e psicológica, interferindo conseqüentemente na qualidade de vida desses profissionais. A qualidade sono, apesar de não ter sido encontrado associação com as extensas jornadas de trabalho, pode vir sofrer interferências devido às alterações no ciclo sono-vigília.

Em síntese, os achados deste estudo ressaltam tanto a necessidade de ações de promoção da saúde em profissionais de enfermagem no contexto dos hospitais públicos, como a importância de estudos que verifiquem a interferência das longas jornadas de trabalho na saúde dos trabalhadores nos mais diversos aspectos. Além disso, estudos dessa natureza devem ser estimulados, aprofundados e difundidos para que subsidiem as legislações que favoreçam a saúde dos trabalhadores e o cuidado prestado.

COLABORADORES

LAL realizou a elaboração do projeto inicial, levantamento bibliográfico, análise e interpretação dos dados e redação final do artigo. IF realizou o levantamento bibliográfico, a coleta de dados e a revisão final do artigo. KAME contribuiu com a coleta de dados e a revisão final do artigo. SMFN realizou a revisão final do artigo.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Minayo MCS, Hartz ZMA, Buss PM. Qualidade de vida e saúde: um debate necessário. *Cien Saude Colet* 2000; 5(1).
2. Cruz RM, Lemos JC. Atividade docente, condições de trabalho e processos de saúde. *Motrivivência* 2005; 24(17): 5-80.
3. Anselmi ML, Angerami LS, Gomes ELR. Rotatividade dos trabalhadores de enfermagem nos hospitais do Município de Ribeirão Preto. *Rev Panam Salud Publica/Pan American Public Health* 1997; 2(3): 44-50.
4. Elias, MA, Navarro, VL. A relação entre o trabalho, a saúde e as condições de vida: negatividade e positividade no trabalho das profissionais de enfermagem de um hospital escola. *Rev Latino-am Enfermagem* 2006.
5. Aquino EML, Araújo, MJ, Menezes, GM. Saúde e trabalho de mulheres profissionais de enfermagem em um hospital público de Salvador, Bahia. *Rev Bras Enfermagem* 1993; 46(3/ 4): 245-57.
6. Siqueira K et al. Inter-relações entre o estado nutricional, fatores sociodemográficos, características de trabalho e da saúde em trabalhadores de enfermagem. *Cien Saude Colet* 2015; 20(6): 1925-35.
7. Silva AA, Rotenberg L, Fischer FM. Jornadas de trabalho na enfermagem: entre necessidades individuais e condições de trabalho. *Rev Saude Pública* 2011; 45(6): 1117-26.
8. Portela LF, Rotenberg L, Wasissmann W. Health, sleep and lack of time: relations to domestic and paid work in nurses. *Rev Saude Pública* 2005; 39(5): 802-8.
9. Shields M. Long working hours and health. *Health Reports Autumn* 1999; 11(2): 33-48.
10. Silva AP, Souza JMP, F Borges FNS, Fischer FM. Health-related quality of life and working conditions among nursing providers. *Rev Saude Pública*. 2010; 44(4): 718-25.

11. Spurgeon A, Harrington JM, Cooper CL. Health and safety problems associated with long working hours: a review of the current position. *Occup Environm Med* 1997; 54: 367-75.
12. Decreto nº 94.406, de 08 de junho de 1987 (BR). Dispõe sobre a Regulamentação da Lei nº 7.498, de 25 de junho de 1986, que dispõe sobre o exercício da Enfermagem, e dá outras providências. Diário Oficial da União [periódico na Internet]. [acesso 13 abr 2017].
13. Rotenberg L, Portela LF, Banks B, Griep RH, Fischer FM, Landsbergis P. A gender approach to work ability and its relationship to professional and domestic work hours among nursing personnel. *Appl Ergonomics* 2008; 39: 646-652.
14. Nascimento LC, Mendes IJM. Health profile of workers in a Teaching Health Center. *Rev. Latino-Am. Enfermagem* jul-ago 2002; 10(4): 502-8.
15. Maia CO, Goldmeier S, Moraes MA, Boaz MB, Azzolin K. Fatores de risco modificáveis para doença arterial coronariana nos trabalhadores de enfermagem. *Acta Paul Enferm* 2007; 20(2): 138-42.
16. WHO. Global Recommendations on Physical Activity for Health. 2011. [acessado 2017 Abr 15]; Disponível em: <http://www.who.int/dietphysicalactivity/physical-activity-recommendations-18-64years.pdf>.
17. Devivo JC. Conhecendo o corpo: Educação Física. Seu manual de saúde. São Paulo, 2012, 9-40 p.
18. Waeckerle JF. Circadian rhythm, shift work, and emergency physicians. *Ann Emerg Med* 1994; 24(5): 959-62.
19. Akerstedt T. Sleepiness as a consequence of shift work. *Sleep* 1988; 11(1): 17-34.
20. Vener KJ, Szabo S, Moore JG. The effect of shift work on gastrointestinal function: a review. *Chronobiologia* 1989; 16(4): 421-39.

21. Mendes SS, De Martino MMF. Trabalho em turnos: estado geral de saúde relacionado ao sono em trabalhadores de enfermagem. *Rev Esc Enferm USP* 2012; 46(6): 1471-6
22. Fischer FM et al. Percepção de sono: duração, qualidade e alerta em profissionais da área de enfermagem. *Cad Saude Pública* 2002; 18(5): 1261-69.
23. De Martino MMF. The architecture of day sleeping and the sleep- wake cycle in nurses in their working shifts. *Rev Esc Enferm USP* 2009; 43(1): 194-9.