



**UNIVERSIDADE PRESIDENTE ANTÔNIO CARLOS – UNIPAC
FACULDADE DE CIÊNCIAS DA SAÚDE DE BARBACENA – FASAB
CURSO DE GRADUAÇÃO EM ENFERMAGEM**

**ANDRÉIA CRISTINA DA SILVA
DÉBORA APARECIDA COSTA
SIMONE DAS DORES CARDOSO
VALQUÍRIA MILENE COSTA**

**QUALIDADE DE VIDA DO ENFERMEIRO COM DUPLA
JORNADA DE TRABALHO**

**BARBACENA
2017**

QUALIDADE DE VIDA DO ENFERMEIRO COM DUPLA JORNADA DE TRABALHO

Andréia Cristina da Silva¹
Débora Aparecida Costa¹
Simone das Dores Cardoso¹
Valquíria Milene Costa¹
Renilza Aparecida do Nascimento Cabral²

RESUMO

A qualidade de vida do enfermeiro com dupla jornada de trabalho torna-se objeto de estudo pela constante preocupação das instituições no tipo de atendimento prestado por estes profissionais. As condições insatisfatórias, relacionadas às extensas jornadas de trabalho, ausência de períodos de descanso, interferem direta ou indiretamente na saúde do trabalhador. **Objetivo:** Descrever sobre a qualidade de vida do enfermeiro com dupla jornada de trabalho. Analisar sobre os ambientes de trabalho que mais desgastam a enfermagem e as consequências que podem afetar direta e indiretamente a saúde do enfermeiro. **Método:** Trata-se de uma revisão integrativa, de caráter exploratório e descritivo. Para a identificação dos estudos primários sobre o assunto, foram consultados os bancos de dados da Biblioteca Virtual em saúde. A busca foi realizada pela combinação dos descritores: Enfermagem; Jornada de trabalho, Qualidade de vida e Trabalho noturno. **Resultados:** Os estudos mostraram que os enfermeiros estão expostos a uma diversidade de cargas produtoras de desgaste que comprometem sua qualidade de vida, o que se exacerba no setor de urgência e emergência. A dupla jornada de trabalho pode agravar ainda mais as más condições de vida e saúde desses profissionais. **Conclusão:** Para que as mudanças ocorram faz-se necessário a conscientização por parte dos próprios enfermeiros, em conjunto com as instituições empregatícias e os órgãos governamentais na busca pelo reconhecimento da necessidade do bem estar físico e emocional daqueles que são formados para o cuidado.

Palavras-chave: Enfermagem. Jornada de Trabalho. Qualidade de vida. Trabalho noturno.

1 INTRODUÇÃO

O trabalho é considerado um meio pelo qual o homem adquire dignidade. Trata-se de um meio responsável de se realizar um conjunto de atividades para alcançar

¹Acadêmicas do 9º período do Curso de Enfermagem da Universidade Presidente Antônio Carlos/ UNIPAC - Barbacena (MG). E-mail: andreiacristina0621@gmail.com; deboracosta102@yahoo.com.br; simonecardoso2013@yahoo.com.br; valquiriamilenecosta@hotmail.com

² Professora orientadora. Docente da Universidade Presidente Antônio Carlos/UNIPAC - Barbacena (MG). Especialista em Enfermagem do Trabalho e em Gestão de PSF. E-mail:renilzacabral@unipac.br.

um determinado objetivo, com a utilização de mecanismos físicos, mentais e intelectuais. É também fonte de satisfação, crescimento e realização pessoal.¹

Nas últimas décadas, muitas instituições de saúde têm se preocupado com a qualidade dos serviços e buscam o desenvolvimento de processos para reduzir custos com o aumento da produtividade, a garantia e a satisfação do cliente. Para se alcançar a excelência na qualidade da assistência, as instituições procuram traçar metas, com a preocupação em garantir por meio de suas ações, o exercício profissional e a cidadania dos trabalhadores, bem como dos usuários dos serviços de saúde.²

Em contrapartida, observa-se uma intensa jornada de trabalho por parte de muitos profissionais de saúde em especial o enfermeiro, objeto deste estudo, podendo causar sérios danos à saúde do trabalhador e ao mesmo tempo interferir na qualidade do atendimento deste profissional, dependendo do local que este atua dentro de uma instituição.¹

Assim, os enfermeiros, no intuito de superar as adversidades do seu trabalho, buscam o dinheiro como motivação, desafiando os fatores extrínsecos e intrínsecos que surgem constantemente. No entanto, a dupla jornada de trabalho, que muitos enfermeiros exercem nos dias atuais, pode favorecer o adoecimento físico e mental e facilitar a ocorrência de absenteísmos, acidentes de trabalho, erros de medicação, exaustão, sobrecarga laboral e ausência de lazer.³

A partir deste contexto, surge a questão que norteia o estudo: como tem sido a qualidade de vida dos profissionais de enfermagem com jornada dupla de trabalho?

Ressalta-se que o profissional de enfermagem convive diariamente com o estresse e a tensão do ambiente hospitalar. A sobrecarga de trabalho com jornada dupla tem trazido aos profissionais a falta de tempo para descansar, refletir, se organizar e aprender, levando a um desgaste físico e emocional muito grande.³

Diante desta situação, o presente estudo de revisão integrativa, objetiva contribuir para o conhecimento sobre a qualidade de vida do enfermeiro com dupla jornada de trabalho, e ainda, relacionar os ambientes de trabalho que mais desgastam a enfermagem e quais as consequências desse desgaste na vida pessoal e profissional do enfermeiro.

A abordagem do tema é de grande relevância científica e social, pois acreditamos que para que aconteçam mudanças significativas relacionadas à qualidade de vida do enfermeiro, um conjunto de fatores devem ser observados na realidade de muitos profissionais que atuam com dupla jornada de trabalho. As

mudanças podem ocorrer a partir do momento que mais estudos revelem meios que favoreçam a melhoria na qualidade de vida do enfermeiro com dupla jornada de trabalho.

2 MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de um estudo de revisão integrativa de caráter exploratório e descritivo, com abordagem qualitativa, onde foram utilizadas referências literárias que retratam a jornada de trabalho por parte do enfermeiro.

De acordo com critérios estabelecidos para a execução da pesquisa de revisão integrativa, foram seguidas as seguintes etapas: identificação do tema e seleção da hipótese para a elaboração da revisão; estabelecimento de critérios para inclusão e exclusão de estudos; definição das informações e categorização dos estudos; avaliação dos estudos incluídos; interpretação dos resultados; apresentação da revisão e síntese do conhecimento.⁴

Para o levantamento dos artigos foram consultados as Base de Dados de Enfermagem (BDENF), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (Lilacs), e portal Scientific Electronic Library Online (SciELO) indexadas nos bancos de dados da Biblioteca Virtual em saúde (BVS). Para a busca foram utilizados os Descritores em Ciências da Saúde (Decs), valendo-se da lógica Booleana para associação dos seguintes descritores: Enfermagem **AND** Jornada de trabalho; Jornada de trabalho **AND** Qualidade de vida; Enfermagem **AND** trabalho noturno; Enfermagem **AND** Qualidade de vida. Como filtro, foram utilizados: assunto principal, enfermagem; textos completos; idioma Português; ano de publicação, 2012 a 2016; tipo de documento, artigo.

Foram encontrados 395 estudos e, após análise dos mesmos, foram selecionados 112 estudos. Ao final utilizou-se apenas 13 estudos os quais atenderam aos critérios de inclusão, sendo que oito estavam indexados na SCIELO, três na LILACS, um na BDENF e um publicado no site do COFEN - Conselho Federal de Enfermagem.

A coleta de dados ocorreu entre os meses de fevereiro a abril de 2017. Os critérios de inclusão estabelecidos para a seleção dos artigos foram: artigos publicados entre os anos de 2012 à 2016, artigos originais no idioma português,

publicados em periódicos e, disponíveis na íntegra, que abordavam a qualidade de vida do enfermeiro e a dupla jornada de trabalho. Os critérios de exclusão foram trabalhos como teses e dissertações e outros que se repetiam nas bases de dados. Esta escolha objetivou eliminar publicações que não passaram por avaliação e revisão por pares, de modo a selecionar apenas a literatura indexada que fosse condizente com o tema selecionado.

3 RESULTADOS E DISCUSSÕES

A busca e seleção dos artigos foram norteadas para os estudos que permitissem o alcance dos objetivos da pesquisa, investigando-se e analisando-se os dados que poderiam confirmar ou refutar as hipóteses levantadas. Para tanto, deu-se maior atenção aos artigos que tratavam da jornada de trabalho e seus efeitos sobre a saúde e qualidade de vida do enfermeiro e, a relação entre o estresse e os locais de atuação do mesmo.

O método utilizado foi a revisão integrativa, onde foram selecionados diferentes tipos de estudo que compuseram e fundamentaram a pesquisa. A TAB. 1 apresenta os estudos utilizados, categorizados de acordo com os autores, títulos, ano de publicação e tipo de estudo.

TABELA 1 – Categorização dos autores

(Continua)

Estudos	Autor	Título/ Ano de publicação	Tipo de estudo
E – 1	Bezerra FN, Silva TM, Ramos VP	Estresse ocupacional dos enfermeiros de urgência e emergência.2012	Revisão Integrativa
E – 2	Forte ECN <i>et al.</i>	Abordagens teóricas sobre a saúde do trabalhador de enfermagem: revisão integrativa. 2014	Revisão Integrativa
E – 3	Dalri RCMB <i>et al.</i>	Carga horária de trabalho dos enfermeiros e sua relação com as reações fisiológicas do estresse. 2014	Estudo transversal, correlacional, quantitativo

TABELA 1 – Categorização dos autores

(Continuação)

E – 4	Fernandes JC <i>et al.</i>	Jornada de trabalho e comportamentos de saúde entre enfermeiros de hospitais públicos. 2013	Estudo quantitativo e descritivo
E – 5	COFEN, Conselho Federal de Enfermagem	Resolução COFEN-293/2004.	
E - 6	Camponês DL, Corsi I, Loli PA, Lima DT	Exposição da equipe de enfermagem ao estresse no ambiente de trabalho na unidade de urgência e emergência. 2015	Pesquisa descritiva
E - 7	Oliveira RJ, Cunha T	Estresse do profissional de saúde no ambiente de trabalho: causas e consequências. 2014	Revisão de literatura
E – 8	Machado MH, Santos MR, Oliveira E, Wermelinger M, Vieira M, Lemos W, Lacerda WF, Aguiar Filho W, Souza Junior PB, Justino E, Barbosa C <i>et al.</i>	Condições de trabalho da enfermagem. 2015	Estudo transversal
E – 9	Melo MV, Silva TP, Novais ZG, Mendes MLM.	Estresse dos profissionais de saúde nas unidades hospitalares de atendimento em urgência e emergência. 2013	Estudo de revisão literária
E – 10	Braga ID, Mortiz GO; Silva MLB	Fatores que Interferem na qualidade de vida no trabalho dos trabalhadores de enfermagem. 2012	Pesquisa bibliográfica
E - 11	Andrade DLB, Silva LA, Magalhães MB, Costa FM, Santos JAD, Carneiro JA. <i>et al.</i>	Trabalho noturno: repercussões na saúde do profissional de enfermagem. 2015	Estudo quantitativo

TABELA 1 – Categorização dos autores

			(Conclusão)
E – 12	Lima MB, Silva LMS, Almeida FCM, Torres RAM, Dourado HHM.	Agentes estressores em Trabalhadores de enfermagem com dupla ou mais jornada de trabalho. 2013	Estudo descritivo, Quantitativa
E – 13	Silva LCP, Juliani CMCM.	A interferência da jornada de trabalho na qualidade do serviço: contribuição à gestão de pessoas. 2012	Estudo quantitativo

Fonte: Elaboradas pelas autoras

A leitura e releitura dos artigos selecionados, revelou a importância da conscientização tanto das instituições empregatícias, quanto dos trabalhadores da área de enfermagem no empenho pela qualidade de vida de profissionais que optam pela dupla jornada de trabalho. Os achados poderão ser apreciados no decorrer do estudo.

3.1 Condições de trabalho da enfermagem no Brasil

Nas últimas décadas têm ocorrido várias transformações no mercado de trabalho, como o aumento das horas trabalhadas e as longas jornadas de trabalho. Estas transformações afetam negativamente a vida profissional, social, e familiar dos indivíduos.⁵

A Resolução COFEN nº293/2004 estabelece que para as atividades assistenciais deve ser elaborada uma escala com carga horária de 36 horas semanais para a equipe de enfermagem e 40 horas semanais para atividades administrativas. Porém, está sendo estudado um Projeto de Lei de número 2.295/2000, que estabelece jornada máxima de 30 horas semanais para enfermeiros, técnicos e auxiliares de enfermagem, ainda em tramitação.⁶

Apesar das lutas pela melhoria das condições de trabalho para a categoria, a jornada de trabalho da enfermagem no Brasil está regulamentada pela legislação que estipula a carga horária semanal de trabalho, variando de trinta a quarenta horas semanais. A carga horária no contexto hospitalar é organizada em escalas de plantões de 12 horas contínuas de trabalho, seguidas por 36 ou 60 horas de descanso. Essas

jornadas de trabalho possibilitam conjugar mais de um vínculo profissional, o que se traduz em jornadas extremamente longas e desgastantes.^{7,5.}

Vale ressaltar, que várias características são atribuídas à enfermagem com o passar dos anos, principalmente àquelas que dizem respeito à tarefa de cuidar. Nesse contexto, a enfermagem é uma profissão que exige equilíbrio emocional e físico, no entanto, o enfermeiro, alvo deste estudo, apresenta dificuldade em gerenciar a vulnerabilidade causada pela profissão, devido a vários interferentes. Dentre esses, destacam-se as duplas e/ou múltiplas jornadas de trabalho, baixos salários, inadequadas condições de trabalho e excesso de atribuições pessoais. Ressaltam-se ainda, os múltiplos papéis exercidos, onde as funções assistenciais se entrecruzam com as burocráticas e de vigilância constante, que demandam maior atenção e empenho, produzindo conseqüentemente uma sobrecarga e estresse.⁸

Embora lidem diretamente com o cuidado e a saúde das pessoas, a maioria dos profissionais não tem amparo institucional quando se trata da sua própria saúde.

Com relação aos profissionais de enfermagem que adoecem no trabalho, 40,6% são assistidos, pela própria instituição na qual trabalham. Em números contabilizados, relacionados ao desgaste profissional e às condições de trabalho vivenciadas pela equipe de enfermagem, 65,9% desses trabalhadores consideram sua atividade desgastante. Tal fato implica na necessidade de compreensão dos múltiplos e variados fatores presentes no processo e no ambiente de trabalho, desencadeadores deste desgaste.⁹

Há de se convir, que faz parte dos atributos dos enfermeiros a assistência ao indivíduo doente. Este tipo de trabalho implica o convívio com a sensibilidade, a dor e vários sentimentos e ações provenientes do processo de adoecer.¹⁰

Por conseguinte, a realidade brasileira revela a situação desconfortável vivenciada por muitos enfermeiros relacionada ao tipo de convivência dentro dos ambientes de trabalho. Há necessidade de melhora nas relações entre colegas de trabalho que levam ao desgaste psicológico, como o tratamento com cordialidade e respeito entre colegas, profissionais e a população usuária dos serviços de enfermagem.⁹

Torna-se evidente que os fatores que podem interferir direta ou indiretamente na saúde do enfermeiro estão relacionados com o convívio direto e contínuo com o sofrimento e a dor dos pacientes. Junto a isso, soma-se a sobrecarga de trabalho em função do número reduzido de profissionais e os baixos salários, não condizentes com

as funções exercidas, levando à dupla jornada de trabalho como forma de suprir as necessidades econômicas.¹¹

Este quadro influencia em altos níveis de desgaste profissional, em adoecimento e sofrimento, que resultam em afastamentos do trabalho por motivos de licença médica, e afetam a qualidade de vida, de uma forma geral, destes trabalhadores.⁹

De acordo com os estudos, existe ainda uma grande necessidade de novas investigações sobre a carga horária de trabalho do enfermeiro relacionado com as reações fisiológicas de estresse enfrentadas por estes profissionais.³

3.2 Ambientes de trabalho que mais desgastam o enfermeiro e suas consequências

Vários setores hospitalares, bem como a atenção primária e serviços particulares, podem ser escolhidos pelos enfermeiros, como locais de atuação nesta profissão. Nos estudos selecionados, foram apontados diferentes setores considerados como desgastantes, no entanto o setor de urgência e emergência foi o mais evidenciado nos E-1, E-6, bem como no E-9, que abordam o assunto em defesa. Os estudos evidenciaram que o estresse do enfermeiro está relacionado à escassez de recursos humanos, à carga horária de trabalho, instalações físicas e recursos materiais inadequados, plantões noturnos, interface trabalho-lar, relacionamentos interpessoais, trabalho em clima de competitividade e distanciamento entre teoria e prática.

Nesse contexto:

O estresse está relacionado à subjetividade, tanto da percepção de sua ocorrência, como na resposta do indivíduo a ele. Isto pode ser verificado, no ambiente de urgência e emergência, no que o enfermeiro vivencia situações imprevisíveis que envolvem tensão, medo, sofrimento e morte, que podem desencadear o estresse ocupacional.¹

Corroborando, o E-1, enfatiza ainda, que vários são os fatores que interferem ou não para que o enfermeiro chegue ao estado de estresse atuando no setor de urgência e emergência. Tudo depende de como o enfermeiro reconhece aquilo que lhe causa o estresse e os efeitos sobre seu organismo, para que sejam adotadas medidas de enfrentamento para combater futuros distúrbios fisiológicos e psicológicos. Enquanto que o E-6 enfatiza a agitação desse tipo de trabalho na

urgência e emergência, que possibilita acarretar sérias consequências sobre a saúde do enfermeiro atuante neste setor.

De acordo com os resultados de uma pesquisa que compõe a revisão:

Para a maioria dos participantes do estudo, o trabalho é realizado com muita rapidez e intensidade, com muita exigência e discordâncias ou contradições; não há tempo suficiente para o cumprimento das tarefas; exigem-se habilidades e conhecimentos especializados, que requerem iniciativa; raramente há aprendizagem de algo novo no trabalho, pois ocorria repetição de tarefas, além do mais não havia permissão de escolher o que e como fazer o trabalho; o ambiente não é calmo e nem tranquilo, mas contam com a compreensão e gostavam de trabalhar com os colegas; o relacionamento com o chefe interfere na rotina de trabalho assim como o relacionamento interpessoal.⁷

Em síntese, o setor de urgência e emergência se destaca como estressante, pela carga laboral, pela especificidade das tarefas exercidas, pelo desgaste físico e mental em função de que o enfermeiro se expõe a grandes cargas de pressão derivado deste ambiente de trabalho. Tudo isso torna o enfermeiro vulnerável ao processo de estresse e outras doenças ocupacionais como depressão, úlceras, gastrite e queda da imunidade.^{1,7}

Além de todos os fatores já discutidos, não se pode esquecer que em muitos locais no Brasil a violência opera no cotidiano das instituições em suas múltiplas modalidades (psicológica, institucional, física e sexual), assim como as práticas discriminatórias. Essa discriminação mais evidenciada nos setores de urgência e emergência se dá em razão do sexo, gênero, raça, por obesidade e em relação aos portadores de necessidades especiais, num ambiente de trabalho marcado pela falta de segurança e proteção, pela infraestrutura inadequada ao descanso dos profissionais e pelos riscos nele presentes.⁹

Como agravante, a dupla jornada de trabalho de um enfermeiro, que se obriga a trabalhar em mais de uma instituição para aumento de sua renda familiar, pode acarretar inúmeras consequências para a vida e a saúde desse profissional, não somente a diminuição da qualidade e rendimento no atendimento aos pacientes, mas na própria saúde física e psicológica.¹¹ Esta constatação foi confirmada no E-6 que elenca como diagnósticos de enfermagem, os riscos que os próprios enfermeiros enfrentam ao se disporem à duplas jornadas de trabalho como: Padrão de sono prejudicado, Síndrome de estresse, tensão do papel do cuidador, Ansiedade e conflito de decisão, dentre outros não identificados no estudo.

Outro estudo revela que são processos desgastantes, o clima afetado de confiança e respeito entre os próprios colegas, o relacionamento com a população usuária dos serviços de saúde e o distanciamento dos chefes quando necessitam de ajuda. O estudo destacou ainda, o elevado grau de insegurança e violência no ambiente de trabalho, a falta de assistência da própria instituição em caso de adoecimento e o desgaste profissional. Os acidentes de trabalho devido à sobrecarga laboral e a necessidade de dupla jornada de trabalho devido ao baixo índice salarial, também se sobressaíram.⁹

Há de se ressaltar que os autores aqui apresentados concordam entre si que os enfermeiros estão expostos a uma diversidade de cargas produtoras de desgaste, o que se exacerba no setor de urgência e emergência. Por isso, é imprescindível salientar a importância do autocuidado dos próprios enfermeiros.

A enfermagem é a profissão atuante no cuidado com pessoas e para que isso seja possível, é necessário um processo de interação entre quem cuida e quem é cuidado, que haja troca de informações e de sentimentos entre essas pessoas, e que o cuidador esteja apto a realizar essa função com qualidade.⁷

3.3 Implicações para a qualidade de vida do enfermeiro

O termo qualidade de vida no trabalho teve origem em Londres nos estudos de Eric Tristem 1950, mas atualmente é difícil de ser conceituado e está entre as noções de motivação, satisfação, saúde e segurança no trabalho e envolve discussões sobre formas de organização do trabalho e tecnologias. A qualidade de vida no trabalho interfere não somente no trabalho em si, mas tem implicações em todas as áreas de convívio do trabalhador, seja na família ou na sociedade. Esta proposta implica desenvolver um ambiente que seja bom para os trabalhadores e bom para a situação econômica da organização.¹¹

Existe uma grande preocupação por parte dos enfermeiros, relacionado às condições de trabalho enfrentadas por eles na atualidade do nosso país, pois, são processos influenciadores de estresse e carga emocional negativa para a categoria.⁹

No E-11 revelou que os níveis de cuidados estão sendo pensados apenas em relação aos usuários e não aos profissionais atuantes, o que pode ser testemunhado pela fala do autor:

Nos estudos apontados na revisão bibliográfica, são poucas as indicações de que as instituições de saúde tenham programas e/ou projetos que visem melhorar a qualidade de vida no trabalho dos profissionais de saúde, entre eles a equipe de enfermagem. Muito se fala na qualidade do atendimento aos usuários, mas se esquece da qualidade de vida dos funcionários, que passam a maior parte do dia trabalhando e que inevitavelmente afetam a qualidade dos serviços prestados.¹¹

Há de se ressaltar ainda, o trabalho noturno e suas repercussões na saúde do profissional de enfermagem. O trabalho noturno pode acarretar sérias repercussões na vida do enfermeiro, causando cefaleia frequente, falta de apetite ou insônia, sustos com facilidade, tremores nas mãos, nervosismo, tensão ou preocupação. Outros problemas físicos e psicológicos que podem ser pontuados estão relacionados ao sistema digestivo, à dificuldade de pensar com clareza e à vulnerabilidade em sofrer acidentes no trabalho.^{12,5.}

Em síntese, o desgaste ao longo da jornada de trabalho da enfermagem é inevitável, pois no período de trabalho as atividades são intensas, exigem força física e desgaste emocional, expondo o enfermeiro a doenças ocupacionais e aos riscos de contaminação por doenças infectocontagiosas.¹³

O que é corroborado por outros estudos que revelam sobre o contato direto com agentes propiciadores de riscos ocupacionais, como os ambientes comprometedores em que o enfermeiro possa adquirir enfermidades e também sofrer acidentes de trabalho, ter problemas de saúde relacionados ao trabalho como o surgimento de varizes, problemas osteomusculares, hipertensão arterial, transtornos do sono e problemas psicossociais, como estresse, fadiga e depressão.^{12,5}

Observou-se também um descuido com a qualidade alimentar relacionado com a ingestão de alimentos industrializados de fácil preparo e baixo valor nutricional, o que favorece o surgimento de transtornos digestivos.¹²

No entanto, apesar do desgaste, para evolução e melhoria no desempenho, muitos profissionais tentam manter-se atualizados no campo tecnológico e científico, por este motivo muitos optam pelas extensas jornadas de trabalho, como forma de superação, buscam estímulo com o aumento do ganho financeiro, sem medir as consequências resultantes desse processo.¹⁴

Portanto, possíveis resultados negativos relacionados à má qualidade na assistência, e ao desgaste do enfermeiro não podem ser atribuídos somente à enfermagem, mas sim ao corpo trabalhista. Para que seja avaliada a sobrecarga de

trabalho da enfermagem, principalmente nas longas jornadas, deve-se levar em conta suas necessidades de vida familiar e social.¹⁴

No que tange a questão de gênero, homens e mulheres quando comparados, tiveram os enfermeiros comportamentos de saúde menos saudáveis que as enfermeiras, com relação a hábitos como tabagismo, consumo de bebidas alcoólicas, café, alimentos fritos, menos consumo de frutas e verduras, além de apresentarem maior frequência de obesidade. Com relação a jornada de trabalho, os homens em média possuem uma jornada maior em relação às mulheres, mas elas também dedicam-se além da jornada de trabalho hospitalar, ao trabalho doméstico, por isso a sobrecarga pode acarretar um maior índice de doenças e transtornos em enfermeiras.⁵

Por fim, é necessário que os gestores, os gerentes de enfermagem e legisladores, trabalhem voltados para as medidas de controle da adequação da jornada de trabalho para proporcionar ambiente seguro para o desenvolvimento do cuidado e para a qualidade de vida do enfermeiro. Pois, a insatisfação salarial (83%), a falta de lazer (73%) e a sobrecarga de trabalho (60%), afetam efetivamente a qualidade de vida do enfermeiro, em como a escassez de tempo de descanso, de lazer e o pouco convívio com a família, além de potencialmente prejudiciais à qualidade da assistência.^{12,13}

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O estudo mostrou que os enfermeiros diariamente são expostos ao estresse originado nos problemas relacionados ao trabalho e à constante tensão emocional, tornando-os vulneráveis ao adoecimento e comprometendo sua qualidade de vida. Além dos problemas do cotidiano, a dupla jornada de trabalho pode agravar ainda mais as más condições de vida e saúde desses profissionais. Tornou-se evidente que o estresse pode desencadear vários sintomas e provocar diferentes doenças fisiológicas e também comportamentais, respondendo assim a questão que norteou a pesquisa.

Ao final do estudo, foi evidenciado que o setor de urgência e emergência é um dos responsáveis por provocar maior desgaste físico e mental no enfermeiro. Devido às suas especificidades, o ambiente concentra maior pressão e cobrança, expõe o profissional à violência, tanto mental quanto física, e requer uma habilidade mais

refinada para lidar com diferentes situações que se apresentam sem prenúncio. Além disso, ressaltaram-se as relações conflituosas de trabalho com colegas e chefia, gerando insatisfação na vida profissional e pessoal.

Nesse contexto, trabalhar sob condições insatisfatórias com extensas jornadas de trabalho e muitas vezes ausência de períodos de descanso, pode acarretar sérias consequências ao enfermeiro que se submete a tal sobrecarga de trabalho.

Os resultados do estudo confirmaram as hipóteses apontadas no início, quando constatou-se que para que o enfermeiro possa estar em harmonia com o trabalho e manter sua qualidade de vida profissional e pessoal, é preciso que o ambiente de trabalho ofereça condições saudáveis. De fato, a importância da segurança no ambiente de trabalho é necessária, para que o enfermeiro mantenha um bom desempenho em suas tarefas cotidianas e respectivamente conserve sua saúde para desfrutar de boa qualidade de vida.

Porém, na atualidade brasileira ainda existem muitas instituições que não disponibilizam aos enfermeiros, condições necessárias para a mudança desse quadro. Por conseguinte, os resultados encontrados através dos estudos, ressaltam sobre a necessidade de ações que promovam a boa qualidade de vida e saúde dos enfermeiros com critérios que possam avaliar os impactos causados pelas longas jornadas de trabalho.

Deste modo, entendemos que estudos dessa natureza possam incentivar outros profissionais na busca por ambientes com melhores condições de trabalho, bem como auxiliar na defesa de novas leis que amparem o enfermeiro com relação à melhores condições de trabalho.

Conclui-se, portanto, que há necessidade em dar continuidade às pesquisas referentes ao assunto, para a busca de soluções e possíveis estratégias de enfrentamento, que possam contribuir para melhores condições de vida, com satisfação e prazer nas atividades desenvolvidas no ambiente de trabalho do enfermeiro.

LIFE QUALITY OF THE NURSE WITH DOUBLE WORK JOURNEY

ABSTRACT

The quality of life of the nurse with a double working day becomes the object of study by the constant concern of the institutions in the type of care provided by these

professionals. The unsatisfactory conditions, related to long working hours, absence of rest periods, interfere directly or indirectly in the health of the worker. **Objective:** To describe the quality of life of the nurse with a double working day. Analyze about the work environments that wear out the most about nursing and the consequences that can directly and indirectly affect nurses' health. **Method:** This is an integrative, exploratory, descriptive review that portrays the quality of life of nurses facing a double work day. For the identification of the primary studies on the subject, the databases of the Virtual Health Library were consulted. The search was performed by the combination of the descriptors: Nursing; Working day, Quality of life, Night work. **Results:** The studies showed that then exposed to a variety of producing loads of wear and tear that compromise his life quality, which exacerbate on the urgency and emergency sectors. The double work journey may aggravate even more the bad life conditions and the health of these professionals. **Conclusion:** In order for the changes to take place, it is necessary to raise awareness among the nurses themselves, together with the employment institutions and government agencies in the search for recognition of the need for the physical and emotional well-being of those who are fit for care.

Keywords: Nursing. Work Journey. Life Quality. Night Work.

REFERÊNCIAS

1. Bezerra FN, Silva TM, Ramos VP. Estresse ocupacional dos enfermeiros de urgência e emergência: revisão integrativa da literatura. *Acta Paulista de Enfermagem*. [Internet]. 2012 [acesso em 2017 fev. 20];25(2):151-6. Disponível em: http://www.scielo.br/pdf/appe/v25nspe2/pt_24.pdf
2. Forte ECN, Trombetta AP, Pires DEP, Gelbcke FL, Lino MM. Abordagens teóricas sobre a saúde do trabalhador de enfermagem: revisão integrativa. *Cogitare Enfermagem*. [Internet]. 2014 [acesso em 2017 fev. 20];19(3):604-11. Disponível em: http://www.academia.edu/22063482/Abordagens_Te%C3%B3ricas_Sobre_a_Sa%C3%BAde_Do_Trabalhador_De_Enfermagem_Revis%C3%A3o_Integrativa
3. Dalri RCMB, Silva LA, Mendes AMOC, Robazz MLCC. Carga horária de trabalho dos enfermeiros e sua relação com as reações fisiológicas do estresse. *Rev. Latino-Am. Enfermagem*. [Internet]. 2014 [acesso em 2017 fev. 20];22(6): p.959-65. Disponível em: http://www.scielo.br/pdf/rlae/v22n6/pt_0104-1169-rlae-22-06-00959.pdf
4. Souza, M.T. Silva M.D. Carvalho R. Revisão integrativa: como é e como fazer. *Einstein*. [Internet]. 2010 [acesso em 2017 maio 18]; 8(1):102-6. Disponível em: <http://www.ebah.com.br/content/ABAAAgS8QAA/revisao-integrativa-que-como-fazer>
5. Fernandes JC. Jornada de trabalho e comportamentos de saúde entre enfermeiros de hospitais públicos. *Rev. Latino-Am. Enfermagem*. [Internet]. 2013 [acesso em 2017 fev. 20];21(5). Disponível em: <http://bases.bireme.br/cgi-bin/wxislind.exe/iah/online/?IsisScript=iah/iah.xis&src=google&base=LILACS&lang=p&nextAction=lnk&exprSearch=681332&indexSearch=ID>

6. Conselho Federal de Enfermagem (BR). Resolução COFEN-293/2004. Fixa e Estabelece Parâmetros para o Dimensionamento do Quadro de Profissionais de Enfermagem nas Unidades Assistenciais das Instituições de Saúde e Assemelhados. [Internet]. 2004. [acesso em 2017 fev. 20]. Disponível em: http://www.cofen.gov.br/resolucao-cofen-2932004_4329.html
7. Camponês DL, Corsi I, Loli PA, Lima DT. Exposição da equipe de enfermagem ao estresse no ambiente de trabalho na unidade de urgência e emergência. *Life Style Journal*. [Internet]. 2015 [acesso em 2017 abr. 20];2(1):31-44. Disponível em: <https://revistas.unasp.edu.br/LifestyleJournal/article/view/571>
8. Oliveira RJ, Cunha T. Estresse do profissional de saúde no ambiente de trabalho: causas e consequências. *Caderno Saúde e Desenvolvimento*. [Internet]. 2014 [acesso em 2017 fev. 20];3(2): Disponível em: <http://www.uninter.com/revistasauade/index.php/cadernosaudedesenvolvimento/articledownload/302/238>
9. Machado MH, Santos MR, Oliveira E, Wermelinger M, Vieira M, Lemos W, Lacerda WF, Aguiar Filho W, Souza Junior PB, Justino E, Barbosa C *et al*. Condições de trabalho da enfermagem. *Enferm. foco*. [Internet]. 2015 [acesso em 2017 abr. 10];6(1-4): 79-90. Disponível em: <http://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/bde-28482>
10. Melo MV, Silva TP, Novais ZG, Mendes MLM. Estresse dos profissionais de saúde nas unidades hospitalares de atendimento em urgência e emergência, *Cadernos de Graduação: Ciências Biológicas e da Saúde Facipe*. [Internet]. 2013 [acesso em 2017 fev. 20];1(2):35-42. Disponível em: <https://periodicos.set.edu.br/index.php/facipesaude/article/download/1200/580>
11. Braga ID, Mortiz GO, Silva MLB, Fatores que Interferem na qualidade de vida no trabalho dos trabalhadores de enfermagem *Coleção Gestão da Saúde Pública* [Internet]. 2012 [acesso em 2017 fev. 20];11. Disponível em: <http://gsp.cursoscad.ufsc.br/wp/wp-content/uploads/2013/03/Volume-11-Artigo-03.pdf>
12. Andrade DLB, Silva LA, Magalhães MB, Costa FM, Santos JAD, Carneiro JA. *et al*. Trabalho noturno: repercussões na saúde do profissional de enfermagem. [Internet] 2015 [acesso em 2017 fev. 20];33(2):164-71, Disponível em: https://www.unip.br/comunicacao/publicacoes/ics/edicoes/2015/02_abr-jun/V33_n2_2015_p164a171.pdf
13. Lima MB, Silva LMS, Almeida FCM, Torres RAM, Dourado HHM. Agentes estressores em trabalhadores de enfermagem com dupla ou mais jornada de trabalho. *Rev. pesqui. cuid. fundam*. [Internet] 2013 [acesso em 2017 fev. 20];5(1): 3259-3266. Disponível em: <http://pesquisa.bvsalud.org/enfermagem/resource/pt/bde-24215>
14. Silva LCP, Juliani CMM. A interferência da jornada de trabalho na qualidade do serviço: contribuição à gestão de pessoas. *Rev adm. Saúde*. [Internet]. 2012.

[acesso em 2017 fev 20];14(54):11-18. Disponível em:
<http://pesquisa.bvsalud.org/enfermagem/resource/pt/lil-674867>

15. Oliveira RM. Manual para Apresentação de Trabalhos Científicos: TCCs, monografias, dissertações, teses. 4.ed. UNIPAC: Barbacena. [internet]. 2014 [acesso em 2017 jun. 17]. Disponível em:
http://www.unipac.br/site/bb/guias/manual_de_normalizacao2014.pdf

16. Oliveira RM. Manual de Normalização de Trabalhos Técnicos-Científicos de acordo com a norma Vancouver para os cursos da área da saúde: Citações e referências. UNIPAC: Barbacena. [Internet] 2017. [acesso em 2017 jun. 17]. Disponível em: <http://www.unipac.br/site/bb/guias/Normas%20Vancouver%20-%202017.pdf>