

# **PESQUISA EM ENFERMAGEM: A SAÚDE DO TRABALHADOR EM TURNOS ALTERNADOS E NOTURNO**

Fabiany Ramos PERDIGÃO (PQ/UnilesteMG)

Suzana Ambrósio Pereira Soares ASSIS (PQ/UnilesteMG)

Solange de Andrade AVELAR (PQ/UnilesteMG)

Curso de Enfermagem/UnilesteMG

A história da organização do tempo de trabalho consta de datas remotas e está relacionada ao início da vida social, quando surgiu a necessidade da prestação de serviços à população. A organização do trabalho em horários ditos não usuais começou de forma incipiente e estava relacionada aos serviços essenciais como saúde e segurança. O trabalho em turnos alternados é uma forma de organização do trabalho onde as atividades são realizadas por vários empregados, em igual jornada, porém em horários diferentes ou incomuns, como o período noturno. De acordo com o recenseamento realizado pelo IBGE no ano 2000, existem no Brasil cerca de 64 milhões de pessoas ocupadas em vários tipos de trabalho, destes, estima-se haver cerca de 10% envolvidos com o trabalho em turnos ou noturno, acredita-se ainda que o crescente oferecimento de serviços disponíveis muitas horas por dia, todos os dias da semana torne essa porcentagem ainda maior nos próximos anos. O ser humano possui um ritmo biológico que rege diversas funções fisiológicas, emocionais e sociais. O ciclo sono-vigília, a temperatura corporal, a respiração, a função renal, o metabolismo celular e a produção endócrina são todos regidos por um ritmo que possui fases ao longo das 24 horas e podem ser alterados por fatores exógenos como dia/noite, clima, cultura, sociedade e horários de trabalho. A organização temporal da alternância vigília-sono é comandada por estruturas internas do organismo humano, denominadas relógios biológicos que são responsáveis pelo ritmo circadiano. A espécie humana como praticamente todas as espécies vivas, oscila desde suas origens ajustando-se a ciclos ambientais como o dia e a noite e as estações do ano. A forma de organizar o trabalho, em turnos ou noturno, pode provocar certo desequilíbrio no ritmo circadiano, trazendo prejuízos físicos, psíquicos, emocionais e sociais, podendo ainda originar distúrbios psicossomáticos que podem marcar indelevelmente a vida do trabalhador. Como reflexo da mudança que vem ocorrendo na sociedade, influenciada por um mercado que valoriza a prestação de serviço em tempo integral, o trabalho em turnos alternados e noturno tem sido uma constante, diante desta realidade os agravos à saúde que acometem estes trabalhadores tornam-se um desafio, tanto tendo em vista a promoção quanto à proteção de seu bem estar biopsicosocial. Uma das preocupações recentes quanto à saúde do trabalhador é a formulação de estratégias que visem o replanejamento do trabalho, com vistas a prevenir os problemas a que esses trabalhadores estão expostos. O presente estudo trata-se de uma pesquisa bibliográfica do tipo estudo exploratório realizada na base de dados indexadas na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) visando identificar as publicações dos enfermeiros nos últimos 10 anos referentes a alterações ocasionadas pelo desequilíbrio no ritmo circadiano dos trabalhadores de turnos alternados e noturno. A pesquisa foi realizada utilizando a pesquisa avançada com os descritores 'saúde do trabalhador', 'ritmo circadiano', 'trabalho em turnos' e 'trabalho noturno'. Os critérios de inclusão de publicações na pesquisa constituíram terem sido publicadas entre 1997-2007, idioma português, faixa etária de adultos (19-44 anos) e terem autoria de enfermeiros, foram excluídos da

pesquisa as cartas aos editores, editorial, projeto de pesquisa e artigo de opinião. O total inicial foi de 145 referências utilizando o descritor 'saúde do trabalhador', 30 referências utilizando o descritor "ritmo circadiano", quatro referências utilizando o descritor 'trabalho em turnos' e quatro referências utilizando o descritor 'trabalho noturno', totalizando 183 referências. Sendo o foco desse estudo a saúde dos trabalhadores em turnos alternados e noturno, os resultados considerados na busca em bases de dados foram aqueles que envolviam a discussão da referida organização de trabalho a alterações no ritmo circadiano com reflexos na saúde do trabalhador, portanto, após a leitura dos resumos, foram excluídos 128 publicações com o descritor 'saúde do trabalhador' e 26 referências com o descritor 'ritmo circadiano' por não contemplarem a questão de estudo. As 29 publicações que contemplaram a questão do estudo foram analisadas quanto a autoria de enfermeiros, sendo que o descritor 'saúde do trabalhador' apresentou 11 publicações de enfermeiros, o descritor 'ritmo circadiano' apresentou 2 referências de autoria de enfermeiros os descritores 'trabalho em turnos' e 'trabalho noturno' não apresentaram nenhuma publicação de enfermeiros. Pode-se constatar portanto, que das 183 referências encontradas, apenas 13 eram resultados de pesquisas realizadas por Enfermeiros, demonstrando a necessidade de se explorar o assunto, a fim de poder influenciar a perspectiva da abordagem dos problemas de saúde que acomete essa classe de trabalhadores.

Palavras-chaves: Pesquisa em Enfermagem. Trabalho em turnos. Ritmo circadiano