

Associação entre estresse, qualidade e distúrbios do sono em enfermeiros atuantes na pandemia pela covid-19

Association between stress, sleep quality and sleep disorders in nurses working during the pandemic by covid-19

Asociación entre el estrés, la calidad y los trastornos del sueño en enfermeros que trabajan en la pandemia de covid-19

Clarissa Maria Bandeira Bezerra¹, Jéssika Wanessa Soares Costa², Marília Souto de Araújo³, Bianca Calheiros Cardoso de Melo⁴, Fillipi André dos Santos Silva⁵, Maria Ruth Cândido Espínola⁶, Milva Maria Figueiredo de Martino⁷, Soraya Maria de Medeiros⁸

RESUMO

Objetivo: Analisar a prevalência de estresse e sua relação com a qualidade e distúrbios do sono em enfermeiros atuantes no ambiente hospitalar no contexto da pandemia pela COVID-19. **Método:** Estudo analítico, transversal e exploratório, com abordagem quantitativa, realizado com profissionais enfermeiros em três hospitais universitários federais no Brasil, no período de dezembro de 2020 a abril de 2021. Dados sociodemográficos/profissionais e provenientes de três instrumentos (Escala de Bianchi de Stress, Índice de Qualidade do Sono de Pittsburgh-Brasil, e Questionário de Berlim) foram analisados. **Resultados:** Participaram 205 profissionais enfermeiros. O estudo revelou a associação entre estresse, qualidade do sono e seus distúrbios em enfermeiros com até 35 anos e tempo de trabalho inferior a 10 anos, que trabalham à noite e utilizam medicamentos. Enfermeiros com até 35 anos, sem filhos e não obesos têm menor probabilidade de desenvolver distúrbios do sono. **Conclusão:** Sugere-se a replicação deste estudo em hospitais estaduais e municipais no sentido de conhecer o contexto de outras realidades, compará-las e consolidar informações que sustentem a tomada de decisões dos gestores para que uma frente de iniciativas seja tomada na tentativa de reversão do quadro, protegendo os trabalhadores.

Descritores: Enfermagem; Estresse Ocupacional; Qualidade do Sono; Transtornos do Sono-Vigília; COVID-19.

ABSTRACT

Objective: To analyze the prevalence of stress and its relationship with sleep quality and sleep disorders in nurses working in the hospital environment in the context of the pandemic by COVID-19. **Method:** An analytical, cross-sectional and exploratory study, with a quantitative approach, conducted with nursing professionals in three federal university hospitals in Brazil, from December 2020 to April 2021. Sociodemographic/professional data as well as data from three instruments (Bianchi Stress Scale, Pittsburgh-Brazil Sleep Quality Index, and Berlin Questionnaire) were analyzed. **Results:** A total of 205 nursing professionals participated. The study revealed the association between stress, sleep quality, and sleep disorders in nurses aged up to 35 years, with time worked for less than 10 years, who work nights and use medication. Nurses up to 35 years old, without children and not obese are less likely to develop sleep disorders. **Conclusion:** The replication of this study in state and municipal hospitals is suggested in order to find out about the context of other realities, compare them and consolidate information that supports the decision-making of managers, so that a series of initiatives can be taken in an attempt to reverse the situation, protecting the workers.

Descriptors: Nursing; Occupational Stress; Sleep Quality; Sleep-Wake Disorders; COVID-19.

RESUMEN

Objetivo: Analizar la prevalencia del estrés y su relación con la calidad y los trastornos del sueño en enfermeros que trabajan en el ambiente hospitalario en el contexto de la pandemia por COVID-19. **Método:** Estudio analítico, transversal y exploratorio, con abordaje cuantitativo, realizado con enfermeros profesionales de tres hospitales universitarios federales de Brasil, en

el período de diciembre de 2020 a abril de 2021. Se analizaron datos sociodemográficos/profesionales y de tres instrumentos: Escala de Estrés de Bianchi, Índice de Calidad del Sueño de PittsburghBrasil, y Cuestionario de Berlín. **Resultados:** Participaron 205 profesionales de enfermería. El estudio reveló la asociación entre el estrés, la calidad del sueño y sus trastornos en enfermeros con hasta 35 años de edad y tiempo de trabajo inferior a 10 años, que trabajan de noche y utilizan medicación. Los enfermeros de hasta 35 años, sin hijos y no obesos son menos propensos a desarrollar trastornos del sueño. **Conclusión:** Se sugiere la replicación de este estudio en hospitales estaduais y municipales para entender el contexto de otras realidades, compararlas y consolidar informaciones que apoyen la toma de decisiones de los gestores para la creación de frente de iniciativas en el intento de revertir el cuadro, protegiendo a los trabajadores.

Descriptores: Enfermería; Estrés Laboral; Calidad del Sueño; Trastornos Sueño-Vigilia; COVID-19.

¹Universidade Federal do Rio Grande do Norte. Natal (RN), Brasil. ¹<http://orcid.org/0000-0001-9872-4952>

²Universidade Federal do Rio Grande do Norte. Natal (RN), Brasil. ²<http://orcid.org/0000-0002-1218-4973>

³Universidade Federal do Rio Grande do Norte. Natal (RN), Brasil. ³<http://orcid.org/0000-0002-6975-8683>

⁴Universidade Federal do Rio Grande do Norte. Natal (RN), Brasil. ⁴<http://orcid.org/0000-0002-7027-7764>

⁵Universidade Federal do Rio Grande do Norte. Natal (RN), Brasil. ⁵<http://orcid.org/0000-0002-0935-5014>

⁶Universidade Federal do Rio Grande do Norte. Natal (RN), Brasil. ⁶<http://orcid.org/0000-0002-6393-6223>

⁷Universidade Estadual de Campinas. Campinas (SP), Brasil. ⁷<http://orcid.org/0000-0002-3877-4218>

⁸Universidade Federal do Rio Grande do Norte. Natal (RN), Brasil. ⁸<http://orcid.org/0000-0002-7027-7764>

*Artigo extraído da tese intitulada “O estresse e sua interface com a obesidade, qualidade do sono e apneia obstrutiva do sono em enfermeiros”. Universidade Federal do Rio Grande do Norte, 2021.

Como citar este artigo

Bezerra CMB, Costa JWS, Araújo MS, Melo BCC, Silva FASS, Espínola MRC *et al.* Associação entre estresse, qualidade e distúrbios do sono em enfermeiros atuantes na pandemia pela covid-19. Rev. enferm. UFPE on line. 2023;17:e257204 DOI: <https://doi.org/10.5205/1981-8963.2023.257204>

INTRODUÇÃO

Com o surgimento da pandemia pelo novo coronavírus, uma nova realidade humanitária e sanitária instaurou-se mundialmente. No intuito de instaurar o controle infeccioso, várias unidades de saúde modificaram suas rotinas e a reestruturação de recursos humanos para atender à crescente e desordenada demanda.¹

Diante desse cenário, destaca-se a atuação dos profissionais de enfermagem que estão à frente das atividades diversificadas, seja no cuidado direto com o cliente, como no gerenciamento, ensino e pesquisa, potencializando a exposição a diversos fatores estressores.²

Estudo realizado com 2.889 enfermeiros evidenciou que 68,3% apresentaram altos níveis de estresse ocupacional; com isso, chegou-se à conclusão de que essa condição se relaciona à sobrecarga de trabalho, à insuficiente quantidade de pessoal, e ao aumento das demandas, dificultando, assim, a garantia da qualidade da assistência prestada e a segurança do paciente.³

No ambiente de trabalho, o estresse ocupacional é caracterizado como a incapacidade de tolerância, superação, ou adaptação às demandas de natureza psíquica, que podem contribuir para a redução da capacidade laboral.⁴ O estresse ocupacional causa impactos à saúde do trabalhador, em particular ao profissional enfermeiro, visto que a profissão é considerada uma das mais estressoras, afetando-o cotidianamente, e assumindo a forma de agravo potencial de intensidade alta.⁵

O estresse é entendido como o esforço do organismo para se reorganizar mediante estímulos hostis ao estado emocional. É uma reação de lutar ou fugir manifestada pelo corpo, como tentativa para manter a homeostase do meio interno. Em uma situação de estresse, o organismo do indivíduo desencadeia uma série de alterações neuroendócrinas que podem ter como reflexo o aumento da frequência cardíaca, tensão muscular, fadiga, irritabilidade, insônia, Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS), entre outras manifestações orgânicas. Na literatura científica, ressalta-se que a intensificação dos estímulos estressores está diretamente relacionada à redução drástica do rendimento geral e, conseqüentemente, ao prejuízo das condições de saúde.⁵

Como consequência da situação de estresse, o sono é afetado, manifestando-se como sonolência diurna, com potenciais prejuízos às atividades da rotina de trabalho. Em estudo brasileiro realizado com 104 profissionais de enfermagem de turnos distintos em que se avaliou a qualidade do sono e a qualidade de vida, constatou-se que os enfermeiros que trabalham à noite têm a qualidade do sono e, conseqüentemente, a qualidade de vida inferiores aos que trabalham no turno diurno, confirmando a linearidade entre qualidade do sono e qualidade de vida.⁶

Do exposto, questionou-se: qual a prevalência dos níveis de estresse e sua relação com a qualidade do sono e seus distúrbios em enfermeiros atuantes no ambiente hospitalar no contexto da pandemia pela COVID-19?

Este estudo é relevante por contribuir para a literatura científica investigando aspectos biopsicológicos de enfermeiros, classe responsável pela maior força de trabalho de um serviço de saúde, que envolve estresse, qualidade do sono e seus distúrbios. Será possível, a partir dos dados apresentados neste estudo, realizar um diagnóstico situacional de uma realidade local para implantação de medidas que visem a modificar a realidade de trabalho a fim de proteger os profissionais enfermeiros, importantes para a operação dos serviços hospitalares.

OBJETIVO

Analisar a prevalência de estresse e sua relação com a qualidade do sono e seus distúrbios em enfermeiros atuantes no ambiente hospitalar no contexto da pandemia pela COVID-19.

MÉTODO

Estudo analítico, transversal e exploratório, com abordagem quantitativa, realizado conforme orientações do checklist Strengthening the Reporting of Observational Studies in Epidemiology (STROBE), ferramenta desenvolvida em 2004 como checklist norteador para elaboração de relatórios finais de estudos observacionais, longitudinais e transversais.

O estudo foi conduzido no período de dezembro/2020 a abril/2021 em três hospitais universitários federais vinculados à Universidade Federal com leitos para o tratamento da COVID-19. Um deles é referência no atendimento clínico-cirúrgico (1), enquanto os outros dois (2 e 3), no atendimento materno-infantil; todos localizados no Estado do Rio Grande do Norte (RN), Brasil.

Para a seleção dos participantes, utilizou-se a técnica de amostragem aleatória estratificada, com nível de confiança de 95% e margem de erro de 5%. A amostra final foi de 205 enfermeiros distribuídos nos hospitais 1 (n=122), 2 (n=53) e 3 (n=30). Foram incluídos profissionais enfermeiros com escala fixa nos referidos hospitais, sem distinção de sexo. Excluíram-se profissionais com suspensão de atividades na unidade hospitalar por licença médica, licença-maternidade, ou férias.

Para a coleta dos dados de caracterização sociodemográfica, foram usadas as iniciais do nome do participante, idade, sexo, estado civil, filhos, setor de trabalho no hospital, tempo de trabalho, média salarial, outros vínculos trabalhistas, regime de turnos, realização de atividade física, uso de bebida alcoólica, uso de estimulantes e medicamentos.

A Escala de Bianchi de Stress (EBS) autoaplicável foi utilizada na avaliação do nível de estresse dos enfermeiros por meio de 64 atividades (itens) distribuídas em seis domínios, sendo mensurado o nível de estresse que cada atividade proporcionada em uma escala do tipo Likert de 0 a 5.⁷

O Índice de Qualidade do Sono de Pittsburgh-Brasil (PSQI) autoaplicável foi utilizado para avaliar as peculiaridades dos padrões de sono, mensurando a qualidade do sono do

sujeito, o índice do transtorno, e a magnitude do problema do sono, sendo composto por 10 questões distribuídas em 7 domínios, com escala do tipo Likert de 0 a 3 pontos.⁸

O Questionário de Berlim na versão brasileira foi utilizado para verificação de patologia respiratória do sono,⁹ sendo composto por 11 quesitos divididos em 3 eixos com direcionamento para a presença de roncos e apneias durante o sono, sonolência diurna, presença de hipertensão arterial sistêmica, e/ou obesidade.

Os dados obtidos foram organizados em uma planilha do software Microsoft Excel®, e os testes estatísticos realizados por meio do software R®, versão 4.2.0. As variáveis quantitativas sofreram análise descritiva de tendência e de dispersão dos dados (mínimo, máximo, média e desvio padrão). A confiabilidade dos dados ocorreu pela aplicação do alfa de Cronbach, com consistência dos dados satisfatória para valores acima de 0,70. Na comparação do perfil sociodemográfico e os instrumentos utilizados, aplicaram-se os testes estatísticos T de Student e de Qui-quadrado. Na análise de correlação das dimensões, utilizou-se o teste de Pearson seguido da análise de regressão de Poisson. Para todos os testes estatísticos aplicados, o nível de significância foi de 5%.

O estudo, apreciado e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN) (Parecer nº 4.306.423), respeitou integralmente todos os aspectos éticos exigidos pelo Conselho Nacional de Saúde.

RESULTADOS

Participaram da pesquisa 205 enfermeiros atuantes em três hospitais universitários do RN. Observou-se que a maior parcela era do gênero feminino (82,9%), casados (62,44%), sem filhos (61%), com mais de 35 anos (52,7%), trabalhando em horário diurno (53,7%), e com tempo de atuação profissional superior a 10 anos (55,6%). Por se tratar de hospitais universitários e serem contratados através da Consolidação das Leis do Trabalho (CLT), a maioria dos enfermeiros afirmou não possuir outro vínculo empregatício (56,1%) – Tabela 1.

Tabela 1. Caracterização sociodemográfica dos enfermeiros participantes. Natal (RN), Brasil, 2021.

Variáveis		n	%
Sexo	Feminino	170	82,9
	Masculino	35	17,1
Faixa etária	Até 35 anos	97	47,3
	Acima de 35 anos	108	52,7
Estado civil	Casado(a)	128	62,4
	Solteiro(a)	60	29,3
	Divorciado(a)	16	7,8
	Viúvo(a)	1	0,5
Presença de filhos	Sim	125	61,0
	Não	80	39,0
Com mais de um vínculo empregatício	Sim	90	43,9
	Não	115	56,1
Renda salarial	Até R\$ 8 mil	124	60,5
	Acima de R\$ 8 mil	81	39,5
Horário de trabalho	Diurno	110	53,7
	Noturno	82	40,0
	Matutino	40	19,5
	Vespertino	33	16,1
Tempo de profissão	Até 10 anos	91	44,4
	Acima de 10 anos	114	55,6
Total		205	100,0

n – número de indivíduos; % - percentual

De acordo com o escore geral da EBS, dentre os 64 itens avaliados, os níveis de estresse dos enfermeiros tiveram variação entre médio a muito alto quando relacionados às atividades da EBS. A Tabela 2 apresenta as principais situações estressoras. Na classificação do PSQI relacionado à qualidade do sono, têm-se 66,8% como ruim, 18,5% como péssima, e 15,1% como boa.

O teste Qui-quadrado, com o nível de significância de 5%, mostrou evidência de associação estatística entre a classificação do escore total da EBS e a idade. Profissionais com idade de até 35 anos apresentaram nível de estresse em alerta ou alto, 2,97 vezes maior quando comparado aos profissionais com idade acima de 35 anos.

Tabela 2. Níveis de estresse significativos em itens da Escala de Bianchi de Stress (EBS) entre os enfermeiros com atuação nos hospitais pesquisados. Natal (RN), Brasil. 2022.

Itens	F*	Níveis de estresse					
		NA**	Ausente	Pouco	Médio	Muito	Muitíssimo
Falta de material e/ou equipamento	n	11	11	13	41	68	61
	%	5,4	5,4	6,3	20	33,2	29,8
Supervisionar equipe	n	11	31	55	69	27	12
	%	5,4	15,1	26,8	33,7	13,1	5,9
Realizar função não pertinente à profissão/função	n	5	10	24	44	58	64
	%	2,4	4,9	11,7	21,5	28,3	31,2
Baixa remuneração	n	35	32	28	30	45	35
	%	17	15,6	13,6	14,6	22	17
Realizar atividades no menor tempo possível	n	4	17	32	49	63	40
	%	2	8,3	15,6	23,9	30,7	19,5
Burocracia do setor	n	13	28	43	60	43	18
	%	6,3	13,7	20,9	29,2	20,9	8,7
Exposição a riscos psíquicos	n	6	13	26	51	66	43
	%	2,9	6,3	12,6	24,8	32,2	20,9
Exposição a riscos fisiológicos	n	14	15	38	58	48	32
	%	6,8	7,3	18,54	28,2	23,4	15,6
Exposição a riscos biológicos	n	11	17	44	65	34	34
	%	5,3	8,2	21,4	31,7	16,5	16,5
Falta de recursos humanos no plantão	n	8	2	21	34	62	78
	%	3,9	0,9	10,2	16,6	30,2	38,1
Equipe desqualificada	n	10	5	23	40	78	49
	%	4,9	2,4	11,2	19,5	38,1	23,9
Responsabilidade da profissão	n	4	37	51	65	32	16
	%	1,9	18	24,8	31,71	15,6	7,8
Dificuldade em realizar assistência	n	18	24	40	55	52	16
	%	8,7	11,7	19,5	26,8	25,3	7,8
Sobrecarga de trabalho no plantão	n	9	11	26	43	64	52
	%	4,4	5,4	12,7	21,0	31,2	25,4
Preocupação após plantão	n	11	16	39	58	47	34
	%	5,4	7,8	19	28,3	22,9	16,6
Cansaço após jornada de trabalho	n	3	18	44	74	47	19
	%	1,5	8,8	21,5	36,1	22,9	9,3

Maus-tratos dos pacientes e/ou familiares	n	18	9	24	37	62	55
	%	8,7	4,3	11,7	18,0	30,2	26,8
Lidar com a dor do paciente	n	18	24	43	68	38	14
	%	8,8	11,7	20,9	33,1	18,5	6,8
Lidar com a doença	n	9	37	54	58	30	17
	%	4,4	18,1	26,4	28,3	14,6	8,3
Lidar com a morte	n	14	30	34	60	36	31
	%	6,8	14,6	16,6	29,3	17,6	15,1

*F – Frequência absoluta, com n – número de indivíduos; % - percentual; **NA – Não se aplica.

Nos itens avaliados pelo PSQI no mês anterior à aplicação do instrumento, os enfermeiros relataram um intervalo de 15 a 30 minutos para dormir, 39,5% e 34,1% respectivamente, com aproximadamente 5 a 6 horas de sono por noite (50,4%). Observou-se que 67 (32,7%) enfermeiros apresentaram dificuldade para iniciar o sono de 1 a 2 vezes por semana.

Com o teste T de Student, observaram-se evidências de associação estatística. Apresentaram maior escore no PSQI os profissionais que utilizavam medicamentos diariamente e atuavam no horário noturno.

Tabela 3. Distribuição de frequência dos itens avaliados pelo Índice de Qualidade do Sono de Pittsburgh-Brasil. Natal (RN), Brasil. 2022.

Itens		Número de vezes por semana			
		0	< 1	1 a 2	≥ 3
Acordou no meio da noite ou cedo	n	31	44	63	67
	%	15,1	21,5	30,7	32,7
Precisou levantar-se para ir ao banheiro	n	60	34	52	59
	%	29,3	16,6	25,4	28,8
Não conseguiu respirar confortavelmente	n	171	11	20	3
	%	83,4	5,4	9,8	1,5
Tossiu ou roncou forte	n	131	31	30	13
	%	63,9	15,1	14,6	6,3
Sentiu muito frio	n	97	61	32	15
	%	47,3	29,8	15,6	7,3
Sentiu muito calor	n	89	50	36	30
	%	43,4	24,4	17,6	14,6
Presença de sonhos ruins	n	76	68	53	8
	%	37,1	33,2	25,9	3,9

Sentiu dor	n	71	59	45	30
	%	34,6	28,8	22,0	14,6

n – número de indivíduos; % - percentual

Durante o mês anterior à aplicação do instrumento PSQI, 73 (35,6%) enfermeiros relataram pequeno entusiasmo (ânimo) para realizar suas atividades habituais, enquanto 76 (37,1%) declararam ânimo moderado. A avaliação do sono deu-se como sendo uma necessidade (52,2%); para os que admitiram cochilar durante o dia, o percentual foi de 59,0%, dos quais 76,9% afirmaram cochilar intencionalmente, sendo uma necessidade apontada por 57,9% dos enfermeiros que participaram da pesquisa.

Tabela 4. Distribuição de frequência dos itens avaliados no Questionário de Berlim. Natal (RN), Brasil. 2022.

Itens		n	%
Ronca	Não	124	60,5
	Sim	67	32,7
	Não Sei	14	6,8
Avaliação de seu ronco	Pouco	49	73,1
	Moderado	12	17,9
	Alto	3	4,5
	Muito alto	3	4,5
Frequência do ronco	Nunca	140	68,3
	1 a 2 vezes por mês	15	7,3
	1 a 2 vezes por semana	17	8,3
	3 a 4 vezes por semana	9	4,4
	Diariamente	24	11,7
Seu ronco incomoda	Não	20	29,8
	Sim	47	70,1
Para de respirar enquanto dorme	Não	60	89,5
	Sim	7	10,4
Quantas vezes você se sente cansado ou com fadiga depois de acordar?	Nunca	39	19,0
	1 a 2 vezes por mês	28	13,7
	1 a 2 vezes por semana	54	26,3
	3 a 4 vezes por semana	31	15,1
	Diariamente	53	25,8
Acordado, você se sente cansado ou fadigado?	Nunca	32	15,6
	1 a 2 vezes por mês	38	18,5

	1 a 2 vezes por semana	69	33,7
	3 a 4 vezes por semana	34	16,6
	Diariamente	32	15,6
Alguma vez você cochilou ou pegou no sono enquanto dirigia?	Não	174	84,9
	Sim	31	15,1
Possui Hipertensão Arterial Sistêmica?	Não	181	88,3
	Sim	23	11,2
	Não sei	1	0,49
Total		205	100,0

n – número de indivíduos; % - percentual

Por meio do teste Qui-quadrado, para um nível de significância de 5%, verificou-se pelo Questionário de Berlim a evidência de associação estatística entre o distúrbio do sono, a idade, a presença de filhos, e o tempo de profissão.

Os profissionais enfermeiros com idade de até 35 anos têm 51% menos chance de desenvolver distúrbios do sono quando comparados aos profissionais com idade acima de 35 anos. A prevalência dos profissionais sem filhos em apresentar distúrbios do sono diminui em 42,0% se comparada aos profissionais com filhos. Os enfermeiros com atuação superior a 10 anos possuem maior tendência (51,0%) em apresentar distúrbios do sono ao serem comparados aos profissionais com tempo de atuação inferior a 10 anos.

Aplicando a regressão de Poisson, com nível de significância de 5%, observou-se evidência estatística de associação do distúrbio do sono à obesidade. Os enfermeiros pesquisados classificados com obesidade apresentaram distúrbio do sono 5,40 vezes maior quando comparado com os profissionais que não possuem obesidade.

DISCUSSÃO

Dentre os 205 profissionais de enfermagem participantes, os dados sociodemográficos demonstraram que 82,9% eram mulheres. Historicamente, a Enfermagem é uma categoria amplamente composta por pessoas de sexo feminino. No Brasil, entre os séculos XIX e XX, as Irmãs de Caridade e jovens mulheres, escolarizadas e recrutadas, exerciam a prática de cuidados.¹⁰⁻¹¹

Em relação à faixa etária, com 52,7% dos profissionais com idade superior a 35 anos, depreende-se que esses estão no auge de suas carreiras, possivelmente tendo atingido suas

realizações quanto à profissão, qualificações, pós-graduações, o que os leva ao discernimento, à melhoria do serviço e à identidade profissional.¹²

A situação conjugal de casados ou em união estável (62,4%), bem como a presença de filhos (61%) colaboram para uma vida mais leve, auxiliando assim no enfrentamento dos percalços pelos enfermeiros em suas jornadas de trabalho e no auxílio na segunda jornada, no lar e na maternidade para as mulheres.¹³

Com a pandemia pela COVID-19, as enfermeiras e mães, além de vivenciarem múltiplas funções exercidas, também sofreram impactos advindos do isolamento social, que contribuíram tanto para o grau de estresse quanto para algum tipo de sofrimento psíquico. Enfermeiras que atuaram na pandemia em uma cidade do sul de Minas Gerais, região sudeste do Brasil, relataram medo de contágio pelo vírus, visto que inicialmente não havia Equipamentos de Proteção Individual (EPIs) em quantidades suficientes, gerando riscos de contaminação de si mesmas e, conseqüentemente, de seus familiares.¹⁴⁻¹⁵

Os achados sociodemográficos confirmaram que a maioria dos entrevistados negaram possuir outro vínculo empregatício (56,1%). Os hospitais universitários, por serem federais, oferecem um melhor salário, como pode ser evidenciado no resultado sobre a renda salarial de até R\$ 8 mil (60,5%), estando alinhado com o estudo de público semelhante.¹⁶⁻¹⁷

No entanto, os participantes que relatam dupla jornada de trabalho (43,9%) justificaram o segundo vínculo em ocasião da pandemia pela alta demanda de profissionais especializados para atuarem nas Unidades de Terapia Intensiva (UTI)¹⁸ devido à gravidade dos pacientes infectados, o que resultou em um maior aparato não somente tecnológico, mas também de recursos humanos e científicos, principalmente no manejo dos cuidados pela equipe de Enfermagem.¹⁹

Em relação ao horário de trabalho, evidenciou-se que, majoritariamente, 53,7% dos enfermeiros trabalhavam no turno diurno, considerando o plantão de 12 horas. Entende-se que a rotina hospitalar é mais intensa no horário diurno, necessitando-se, por isso, de uma quantidade maior de profissionais nesse horário.

Quanto ao tempo de profissão, 55,6% trabalhavam na área há mais de 10 anos. Assim como ocorre com a idade do profissional, depreende-se que a equipe se apresenta com possível experiência.

Na aplicação da EBS, em quase todos os estratos do instrumento foram evidenciados escores médios de estresse entre os enfermeiros que atuavam no horário da noite.

Pesquisadores obtiveram achados semelhantes com o presente estudo.²⁰ O estresse nos trabalhadores de enfermagem foi predominante nos atuantes no período noturno devido à mudança de ritmo circadiano, a mudanças nos horários de repouso, e ao sono acumulado, que geram mau humor e alterações psicológicas.

O estresse identificado entre os enfermeiros nesse horário é influenciado pela própria necessidade de repouso, uma vez que o enfermeiro do setor passa a ficar atribuído a outro setor distinto caso não haja dois setores enquanto seu colega repousa, podendo contribuir para o aumento da carga psíquica.

Os enfermeiros que apresentam distúrbios do sono advindo dos plantões noturnos possuem duplas ou triplas jornadas de trabalho, considerando as atividades do lar e com a família. Desta forma, os enfermeiros que reduzem suas horas de repouso quando estão no plantão podem desenvolver problemas de saúde como dislipidemia, obesidade, apneia do sono, insônia, alteração do ciclo-vigília, dificuldade de concentração, sonolência excessiva, e síndrome de burnout.

Outro estudo²⁰ também evidenciou que entre os enfermeiros mais jovens a prevalência de estresse é 2,97 vezes maior em comparação com os enfermeiros acima de 35 anos. A significância estatística também ocorreu por meio da regressão de Poisson, na qual o profissional com idade de até 35 anos apresentou nível de estresse em alerta ou 2,66 vezes mais alto quando comparado aos profissionais com idade acima de 35 anos.

Sugere-se neste estudo que os enfermeiros com idade abaixo de 35 anos e recém-formados apresentam maior nível de estresse por não possuírem experiência com procedimentos assistenciais, com vivências em gerenciamento de conflitos e resiliência em comparação aos enfermeiros acima de 35 anos, corroborado por estudo semelhante.²¹

Observou-se um padrão de qualidade ruim de sono em enfermeiros que usavam medicamentos diariamente para tratamentos de diversos problemas de saúde, como hipertensão arterial, diabetes, distúrbios do sono, dores corporais, varizes, entre outros. Assim, da mesma forma como em outro estudo,²² foi possível identificar que os enfermeiros que possuem qualidade do sono diminuída apresentam problemas de saúde e lançam mão do uso de medicamentos ou até de automedicação como estratégia para restaurar a saúde e, consequentemente, o sono.

O padrão de sono reduzido revela associação estatística com o trabalho noturno presente neste estudo e em outros resultados equivalentes.²³ Entende-se que a hora de

repouso dos profissionais enfermeiros termina, geralmente, depois de duas a três horas, configurando-se em uma situação de poucas horas de repouso, e, mesmo assim, por vezes fragmentada. Entende-se também que esses profissionais enfermeiros passam a apresentar sono em excesso durante o resto do plantão.

Através dos dados obtidos na presente pesquisa, por meio dos instrumentos utilizados e com base em sua classificação, compreende-se que 56,10% dos entrevistados apresentam nível médio de estresse. Para a qualidade do sono, o escore percentual foi classificado como ruim (66,83%). A presença de apneia obstrutiva de sono se mostrou presente em 18,94% dos enfermeiros investigados.

O estresse foi representado como nível médio, não podendo ser caracterizado como grave; entretanto, sobressai-se como um ponto de alerta, pois há a possibilidade de se tornar elevado. Os níveis de estresse, porém, podem ser reduzidos, fazendo-se necessária a observação dos gestores perante esse público para que não se torne agravo e sobrecarga psíquica.²⁴

Segundo o Questionário de Berlim, os enfermeiros entrevistados mostraram características estatisticamente significativas. Enfermeiros com até 35 anos têm prevalência menor em desenvolver distúrbio do sono, com redução em 51% em comparação com os enfermeiros com idade acima de 35 anos. A prevalência dos enfermeiros com atuação de até 10 anos em apresentar distúrbio do sono também diminui em 51% quando comparada aos enfermeiros com tempo de atuação acima de 10 anos.

Quando comparada a idade, entre os pesquisados de 35 anos ou menos nota-se menor possibilidade de desenvolver distúrbios do sono. Compreende-se que, à medida em que os indivíduos envelhecem, os distúrbios do sono vão surgindo, a arquitetura e tempo do sono mudam, refletindo na realização das atividades cognitivas.²⁵ Sugere-se nesta pesquisa que quanto maior o tempo de serviço em plantões longos e exaustivos, em duplas jornadas de trabalho, bem como quanto maior a idade, maiores são os reflexos na presença de distúrbios do sono nos profissionais.²⁶

Durante o desenvolvimento deste estudo, há de se destacar duas limitações. A primeira está relacionada à entidade governamental, visto que os hospitais universitários, campo de pesquisa deste estudo, pertencem à administração federal, por isso recebendo maiores recursos orçamentários e oferecendo melhores condições de trabalho. Quando se trata da estrutura física e remuneração, os níveis de estresse se mantêm intermediários, isto é, níveis

médios de estresse. Se a pesquisa fosse aplicada em hospitais de administrações estaduais e municipais, o cenário possivelmente diferiria, visto que nesses serviços os profissionais enfrentam maiores dificuldades, como atrasos nos salários.

A segunda limitação deste estudo está relacionada à pandemia pela COVID-19, visto que esta provocou o afastamento de determinado número de enfermeiros dos hospitais por fazerem parte do grupo de risco da doença. Assim, supõe-se que esses enfermeiros possam ter obesidade, doenças cardiovasculares e vasculares, hipertensão, diabetes, o que poderia trazer resultados diferentes do encontrado.

Como implicação para a Enfermagem, sugere-se que este estudo seja replicado em outros locais, principalmente no serviço público estadual e municipal, na tentativa de obter um panorama da saúde dos enfermeiros e da Enfermagem no Rio Grande do Norte e no Brasil. Destarte, a partir da consolidação dos dados, foi possível realizar um diagnóstico situacional para que sejam implementadas ações para a saúde dos profissionais enfermeiros e, não menos importante, estender a todos os profissionais dessas instituições, visto que esta pesquisa investiga unicamente uma dimensão no contexto da saúde, a saber, a do trabalhador.

Outro ponto ainda a se ressaltar é a resposta à proposta de contribuição deste estudo à sociedade, em particular para a classe da enfermagem através dos achados decorrentes desta pesquisa. É possível, a partir deste estudo, elaborar planos de ações que se preocupem com a saúde do trabalhador, reduzindo, assim, formas de agravo e, conseqüentemente, aumentando a qualidade de cuidado dos profissionais enfermeiros. Além disso, com a publicação deste estudo em forma de artigos científicos, coopera-se com a Enfermagem enquanto ciência, dando visibilidade à temática como forma de fortalecimento de questões importantes.

CONCLUSÃO

Os resultados constatarem a existência de associação entre o estresse, a qualidade do sono, e a apneia obstrutiva do sono em enfermeiros lotados em hospitais nos turnos diurno e, mais evidentemente, noturno.

Enfermeiros com idade de até 35 anos apresentam níveis médios de estresse. A qualidade do sono foi majoritariamente classificada como ruim, destacando-se dentre os enfermeiros aqueles que usam medicamentos diariamente para tratamento de doenças ou alterações laboratoriais, bem como aqueles que trabalham no turno da noite. Os enfermeiros

com até 35 anos, sem filhos, e não obesos têm menor probabilidade de desenvolver distúrbios do sono.

Sugere-se a partir dos resultados a realização de estudos com o mesmo foco em outros estados do Brasil, assim como em hospitais estaduais e municipais, no intuito de mapear a situação nacional no tocante ao estresse e suas relações no âmbito do profissional de enfermagem, além da elaboração de medidas públicas e institucionais que reforcem a promoção da saúde dos trabalhadores responsáveis pelo cuidado contínuo dos clientes na rede hospitalar.

Evidenciam-se as contribuições do presente estudo para o fortalecimento da ciência da Enfermagem, que perpassa subsídios teóricos ao contribuir para modificações estruturais e de políticas públicas de saúde para os profissionais de enfermagem, na perspectiva de aumentar a qualidade de vida e o cuidado ofertado.

CONTRIBUIÇÕES

Bezerra CMB; Martino MMF; e Medeiros SM; participaram da concepção do projeto de pesquisa, redação e aprovação final da versão do artigo.

Costa JWS; Araújo MS; Melo BCC; Silva FASS; e Espínola MRC; participaram da revisão do conteúdo

CONFLITO DE INTERESSES

Nada a declarar.

REFERÊNCIAS

1. Komatsu H. Cultivating Human Resources in Nursing for Resilient Leadership in Times of Crisis: Focusing on Advanced Nursing Education. Yakugaku Zasshi [Internet]. 2022 [cited 2022 Jul 06];142(9):937-943. DOI: <https://doi.org/10.1248/yakushi.22-00089-2>.
2. Santana RS, Fontes FLL, Moraes MJA, Costa GS, Silva RK, Araújo CS. et al. Occupational stress among emergency and urgent care nurses at a public hospital in Teresina, Piauí, Brazil. Rev. Bras. Med. Trab. [Internet]. 2019 [cited 2022 Jul 06];17(1):76-82. DOI: <https://doi.org/10.5327/Z1679443520190295>.
3. Gu B, Tan Q, Zhao S. The association between occupational stress and psychosomatic wellbeing among Chinese nurses: a cross-sectional survey. Medicine (Baltimore) [Internet]. 2019 [cited 2022 Jul 13]; 98(22). DOI: <https://doi.org/10.1097/MD.00000000000015836>.
4. Zavalis A, Paula VG, Machado DA, Marta CB, Perez Junior EF, Santiago LC. O nível de estresse dos enfermeiros na unidade de terapia intensiva. Rev Pesqui Cuid Fundam. [Internet]. 2019 [cited 2022 Jul 23];11(1):205-210. DOI: <https://doi.org/10.9789/2175-5361.2019.v11i1.205-210>.
5. Trevisan MG, Jesus JTL, Teixeira GT, Costa LD, Perondi AR. Nível de estresse em enfermeiros de duas instituições públicas do interior do Paraná. R. Saúde Públ. Paraná

[Internet]. 2021 [cited 2022 Dez 26];4(4):2-16. DOI: <https://doi.org/10.32811/25954482-2021v4n4p2>.

6. Viana MCO, Bezerra CMB, Silva KKM, Martino MMFD, Oliveira APC, Torres GV, et al. Qualidade de vida e sono de enfermeiros nos turnos hospitalares. Rev Cuba Enferm [Internet]. 2019 [cited 2022 Jul 31];35(2). Available from: <https://revenfermeria.sld.cu/index.php/enf/article/view/2137/442>.

7. Bianchi ERF. Escala Bianchi de Stress. RevEscEnferm USP [internet]. 2009 [cited 2022 Ago 25];43(esp):1055-1062. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0080-62342009000500009>.

8. Carpenter JS, Andrykowski MA. Psychometric evaluation of the Pittsburgh Sleep Quality Index. J Psychosom Res [internet]. 1998 [cited 2022 Set 06];45(1):5-13. DOI: [https://doi.org/10.1016/s0022-3999\(97\)00298-5](https://doi.org/10.1016/s0022-3999(97)00298-5).

9. Vaz AP, Drummond M, Mota PC, Severo M, Almeida J, Winck JC. Translation of Berlin Questionnaire to Portuguese language and its application in OSA identification in a sleep disordered breathing clinic. RevPortPneumol [internet]. 2011 [cited 2022 Set 17];17(2):59-65. DOI: [https://doi.org/10.1016/S2173-5115\(11\)70015-X](https://doi.org/10.1016/S2173-5115(11)70015-X).

10. Clearly M, West S, Arthur D, Kornhaber R, Hungerford C. Women in Health Academia: Power Dynamics in Nursing, Higher education and Research. Journal of Advanced Nursing [Internet]. 2019 [cited 2022 Set 26];75: 1371–1373. DOI: <https://doi.org/10.1111/jan.13999>.

11. Ferreira LO, Salles RBB. A origem social da enfermeira padrão: o recrutamento e a imagem pública da enfermeira no Brasil, 1920-1960. Nuevo Mundo Mundos Nuevos [internet]. 2019 [cited 2022 Set 29]. DOI: <https://doi.org/10.4000/nuevomundo.77966>.

12. Pereira ELA, Sá SPC, Silva JLL, Resende JVM. Representações sociais do envelhecimento no trabalho para o profissional de enfermagem adulto e idoso. BJDV [Internet]. 2021 [cited 2022 Out 08];7(6):56475-96. DOI: <https://doi.org/10.34117/bjdv7n6-180>.

13. Medeiros TJ, Aguiar J, Barham EJ. Envolvimentos no trabalho e na família: estudo de caso com mães trabalhadoras na função pública. Pensando fam [Internet]. 2020 [cited 2022 Out 11];24(2): 147-160. Available from: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-494X2020000200012&lng=pt&nrm=iso.

14. Andrade CJ, Souza FC, Benincasa M. Conciliação maternidade e trabalho na pandemia da COVID-19: o discurso de profissionais de saúde. Revista Interdisciplinar Encontro das Ciências [Internet]. 2020 [cited 2022 Out 18];3(3): 1682 - 1702. Available from: <https://riec.univs.edu.br/index.php/riec/article/view/197>.

15. Oliveira AT, Monsore AF, Ribeiro WA, Franco AA, Anjos BF, Dias LLC, et al. Fatores estressores e estratégias do enfrentamento do enfermeiro intensivista frente ao novo coronavírus. Res Soc Dev [Internet]. 2021 [cited 2022 Out 23];10(9). DOI: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v10i9.18119>.

16. Santana LC, Ferreira LA, Santana LPM. Occupational stress in nursing professionals of a university hospital. Rev. Bras. Enferm [internet]. 2020 [cited 2022 out 27];73(2). DOI: <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2018-0997>.

17. Barão RC, Freitas VPL, Mariano V, Barbosa TP. Esgotamento profissional da equipe de enfermagem em Unidade de Terapia Intensiva especializada em COVID-19. CuidEnferm [internet]. 2022 [cited 2022 Nov 04];16(1):43-50. Available from: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1393486>.

18. Reis LM, Lago NP, Carvalho AHS, Nobre VNN, Guimarães APR. Atuação da enfermagem no cenário da pandemia COVID-19. Nursing (São Paulo) [Internet]. 2020 [cited 22 Nov 09]; 23(269):4765-72. DOI: <https://doi.org/10.36489/nursing.2020v23i269p4765-4772>.

19. Ribeiro JF, Andrade JMF, Melo KAS, Bandeira FLF, Silva PS, Piinho MAB. Profissionais de Enfermagem na UTI e seu protagonismo na pandemia: Legados da Covid-19. *Rev Enf Contemp [Internet]*. 2021 [cited 2022 Nov 13];10(2):347-65. DOI: <https://doi.org/10.17267/2317-3378rec.v10i2.3423>.
20. Sousa MTO, Poty NARC, Moraes FF, Poty JAC, Cunha BJ, Faray CS, et al. Trabalho noturno e as repercussões na saúde dos trabalhadores de enfermagem. *Rev Eletr Acerv Saúde [Internet]*. 2022 [cited 2022 Nov 18];15(11). DOI: <https://doi.org/10.25248/REAS.e11219.2022>.
21. Ferreira LBS, Ribeiro RCHM, Pompeo DA, Contrin LM, Werneck AL, Ribeiro RM, et al. Nível de estresse e avaliação preliminar da síndrome de Burnout em Enfermeiro da UTI na COVID-19 - Estudo de caso. *Res Soc Dev [Internet]*. 2022 [cited 2022 Nov 27];11(2). DOI: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v11i2.25658>.
22. Maier MR, Kanunfre CC. Impacto na saúde mental e qualidade do sono de profissionais da enfermagem durante a pandemia da COVID-19. *Rev Enferm UERJ [Internet]*. 2021 [cited 2022 Dez 01];29:e61806. DOI: <http://dx.doi.org/10.12957/reuerj.2021.61806>.
23. Seabra FJGR, Silva CES, Evangelista CB, Filgueiras TF, Almeida FCA, Cruz RAO. *Brazilian Journal of Surgery and Clinical Research – BJSCR [Internet]*. 2020 [cited 2022 Dez 05]; 31(1): 95-100. Available from: https://www.mastereditora.com.br/periodico/20200606_164749.pdf.
24. Bezerra CMB, Silva KKM, Costa JWS, Farias JC, Martino MMF, Medeiros, SM. Prevalência do Estresse e Síndrome de Burnout em Enfermeiros no Trabalho Hospitalar em Turnos. *Rev Min Enferm [Internet]*. 2019 [cited 2022 Dez 15];23. DOI: <http://dx.doi.org/10.5935/1415-2762.20190080>.
25. Coelho FMS. Impacto da privação de sono sobre cérebro, comportamento e emoções. *Med Int Méx [Internet]*. 2020 [cited 2022 Dez 18];36(1):17-19. Available from: <https://www.medigraphic.com/pdfs/medintmex/mim-2020/mims201f.pdf>.
26. Cavalcante ERB, Feitoza CC. Identificação da Extensão dos danos à Saúde e à Qualidade do Sono dos Profissionais de Enfermagem. *Rev Cient Saúd Tecn [Internet]*. 2022 [cited 2022 Dez 22];2(12). DOI: <https://doi.org/10.53612/recisatec.v2i12.223>.

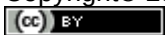
Correspondência

Fillipi André dos Santos Silva
E-mail: fillipiandre@hotmail.com

Submissão: 14/01/2023
Aceito: 24/05/2023
Publicado: 25/06/2023

Editor de Seção: RYANNE CAROLYNNE MARQUES MENDE
Editora Científica: TATIANE GOMES GUEDES
Editora Gerente: MARIA WANDERLEYA DE LAVOR CORIOLANO MARINUS

Copyright© 2023 Revista de Enfermagem UFPE on line/REUOL.

 Este é um artigo de acesso aberto distribuído sob a Atribuição CC BY 4.0 [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/), a qual permite que outros distribuam, remixem, adaptem e criem a partir do seu trabalho, mesmo para fins comerciais, desde que lhe atribuam o devido crédito pela criação original. É recomendada para maximizar a disseminação e uso dos materiais licenciados.