



ALTERAÇÕES VIVENCIADAS POR PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM QUE APRESENTAM DUPLA JORNADA DE TRABALHO
CHANGES EXPERIENCED BY NURSING PROFESSIONALS DOUBLE WORKDAY
ALTERACIONES VIVIDAS POR PROFESIONALES DE ENFERMERÍA QUE PRESENTAN DOBLE JORNADA DE TRABAJO

Paola Cechin¹, Hilda Maria Barbosa de Freitas², Silomar Ilha³, Elenice Spagnolo Rodrigues Martins⁴, Martha Helena Teixeira de Souza⁵

RESUMO

Objetivo: identificar alterações vivenciadas por profissionais de enfermagem que apresentam dupla jornada de trabalho. **Método:** estudo exploratório, descritivo, de abordagem qualitativa, realizado em uma instituição de ensino privado de nível superior da região central do Rio Grande do Sul, no período de agosto a outubro de 2011. Os sujeitos foram: enfermeiros docentes, técnicos de enfermagem e acadêmicos de enfermagem. Os dados foram produzidos a partir de um formulário contendo questões mistas após a aprovação do projeto de pesquisa pelo Comitê de Ética em Pesquisa, Protocolo nº 186.2011.2. **Resultados:** três categorias foram identificadas: Dupla jornada de trabalho na enfermagem: uma rotina cansativa, necessária e recompensadora; Trabalho noturno: alterando a rotina de vida dos trabalhadores de enfermagem e Dupla jornada de trabalho/trabalho noturno predispondo sensações de dor nos trabalhadores de enfermagem. **Conclusão:** os participantes do estudo, mesmo reconhecendo as alterações causadas no cotidiano pessoal e profissional, mantém essa rotina em busca de terem um futuro melhor. **Descritores:** Jornada de trabalho; Trabalho Noturno; Enfermagem.

ABSTRACT

Objective: to identify changes experienced by nursing professionals who exhibit double workday. **Method:** descriptive, exploratory study of qualitative approach, carried out in a private educational institution of higher level of the central region of Rio Grande do Sul, in the period of August to October 2011. The subjects were: nurses teachers, nursing technicians and nursing scholars. The data was produced from a form containing mixed questions, after the approval of a research project by the Ethics Committee in Research, Protocol 186.2011.2. **Results:** three categories have been identified: double workday in Nursing: a tiresome, necessary and rewarding routine; Night work: changing the routine of nursing workers life and double working day/night job predisposing sensations of pain in nursing workers. **Conclusion:** despite the study participants recognizing the changes caused in the personal and professional daily routine, they keep it seeking for a better future. **Descriptors:** Workday; Night Work; Nursing.

RESUMEN

Objetivo: identificar alteraciones vividas por profesionales de enfermería que presentan doble jornada de trabajo. **Método:** estudio exploratorio, descriptivo de enfoque cualitativo, realizado en una institución de enseñanza privada de nivel superior de la región central de Rio Grande do Sul, en el período de agosto a octubre de 2011. Los sujetos fueron: enfermeros docentes, técnicos de enfermería y académicos de enfermería. Los datos fueron producidos a partir de un formulario conteniendo preguntas mixtas, después de la aprobación del proyecto de investigación por el Comité de Ética en Investigación, Protocolo nº 186.2011.2. **Resultados:** se identificaron tres categorías: Doble jornada de trabajo en la enfermería: una rutina cansada, necesaria y recompensada; Trabajo nocturno: alterando la rutina de vida de los trabajadores de enfermería y Doble jornada de trabajo/trabajo nocturno dando sensaciones de dolor en los trabajadores de enfermería. **Conclusión:** los participantes del estudio a pesar de reconocer las alteraciones causadas en el cotidiano personal y profesional mantiene esa rutina en busca de tener un futuro mejor. **Descriptores:** Jornada de trabajo; Trabajo Nocturno; Enfermería.

¹Enfermeira egressa, Centro Universitário Franciscano/UNIFRA. Santa Maria (RS), Brasil. E-mail: p_cechin@hotmail.com; ²Enfermeira, Professora Mestre em Enfermagem, Centro Universitário Franciscano/UNIFRA. Doutoranda em Enfermagem - Dinter Novas Fronteiras, Universidade Federal de São Paulo/UNIFESP, Universidade Federal do Rio de Janeiro/UFRJ, Universidade Federal de Santa Maria/UFSM. Santa Maria (RS), Brasil. E-mail: hildasame@gmail.com; ³Enfermeiro, Especialista em Urgência, Emergência e Trauma, Mestrando, Programa de Pós-Graduação em Enfermagem, Universidade Federal do Rio Grande/PPGENF/FURG. Bolsista CAPES/DS. Rio Grande (RS), Brasil. E-mail: silo_sm@hotmail.com; ⁴Enfermeira, Professora Mestre em Nanociências, Centro Universitário Franciscano/UNIFRA. Santa Maria (RS), Brasil. E-mail: elenicesrmartins@hotmail.com; ⁵Enfermeira, Professora Doutora em Enfermagem, Centro Universitário Franciscano/UNIFRA. Santa Maria (RS), Brasil. E-mail: marthahts@gmail.com

INTRODUÇÃO

A sobrecarga de trabalho, as atividades familiares, a distância para chegar ao serviço, os horários de transporte, o trânsito, a remuneração e os relacionamentos acabam influenciando o viver saudável do trabalhador, assim como seu desenvolvimento na assistência ao usuário. Considerando estas alterações, ainda existem profissões que exigem uma sobrecarga de trabalho, como é o caso das relacionadas à área da saúde, em especial da enfermagem, que apresenta uma carga horária expressiva, podendo acarretar alterações psíquicas e fisiológicas.

A Health Education Authority classifica a enfermagem como a quarta profissão mais estressante no setor público, esta vem tentando afirmar-se profissionalmente para obter maior reconhecimento social. Afirmam ainda que o enfermeiro encontra-se sob um estado constante de estresse decorrente do tipo de trabalho que exerce, das condições ambientais do trabalho, da falta de qualidade e de recursos técnicos e humanos em muitos setores, assim como da sobrecarga de atividades.¹

Profissionais de enfermagem com o objetivo de complementar a renda aumentam a carga horária por meio da dupla jornada de trabalho.² Esse fato os obriga, muitas vezes, a ter um dos turnos de trabalho durante a noite. Essa alternância do turno de trabalho (dia-noite) afeta o ciclo de sono-vigília, desgastando o trabalhador, o que pode afetar a sua eficiência, a saúde física e psicológica, o seu bem-estar, convívio com a família e a vida social.³

Os sintomas que alteram o comportamento humano podem ser caracterizados por alterações físicas e psíquicas. A alteração física, também chamada nociceptiva ou corporal, caracteriza-se pela expressão de lesão tecidual causada por ferimentos, lesões por microrganismos ou por adoecimento de tecidos, cuja causa não é clara. Na alteração psíquica ou emocional não há presença de lesão tecidual, mas o indivíduo apresenta alterações fisiológicas em decorrência do sistema nervoso.⁴

Os profissionais de enfermagem que por vezes são expostos a ambientes de trabalho insalubres, com alto índice de adoecimento, tanto na rede de saúde pública como privada, enfrentam uma jornada de trabalho exaustiva aliada a um ambiente carregado de tensões e situações limítrofes. Um estudo com enfermeiros do bloco cirúrgico revelou que a maioria possui baixos salários, longos períodos de trabalho em uma unidade, dupla jornada,

pouco tempo livre para lazer, entre outros.⁵ Assim, evidencia-se a relevância em estudar a saúde destes trabalhadores, tendo em vista que estão constantemente experienciando o sofrimento e a sobrecarga de trabalho, tornando-se mais susceptíveis a alterações físicas/psíquicas. Parte dos profissionais de enfermagem trabalha em duas instituições, o que acarreta uma sobrecarga de trabalho, desgaste físico e psicológico.⁶ Acrescenta-se ainda que, além das atividades profissionais, eles possuem família e compromissos pessoais indispensáveis a qualquer ser humano.

É importante que os trabalhadores mais expressivamente, os profissionais de enfermagem, se sintam satisfeitos e realizados com as atividades que desenvolvem no ambiente de trabalho, pois muitas vezes cuidam de pessoas vulneráveis devido à doença e acabam se envolvendo no cenário de trabalho esquecendo-se do próprio cuidado. Além disso, é fundamental produzir conhecimento, em virtude da realidade vivenciada pelos trabalhadores de enfermagem.

O desenvolvimento desse estudo é relevante especialmente aos profissionais de enfermagem que apresentam dupla jornada de trabalho, por poder trazer resultados que ajudem no entendimento da importância e da dimensão de alterações fisiológicas e emocionais que podem alterar sua trajetória de vida, corroborando para melhorar a qualidade das relações, vivências e experiências no ambiente familiar e profissional destes trabalhadores.

Com base no exposto, questiona-se: quais são as alterações vivenciadas pelos profissionais de enfermagem que apresentam dupla jornada de trabalho? Objetivou-se com este estudo identificar alterações vivenciadas por profissionais de enfermagem que apresentam dupla jornada de trabalho na tentativa de responder ao questionamento explicitado e na expectativa de possibilitar olhares interativos e comprometidos com a saúde dos profissionais de enfermagem.

MÉTODO

Estudo exploratório, descritivo, de abordagem qualitativa, pois objetiva proporcionar uma visão geral sobre determinada situação e pode ser considerada como a primeira etapa de uma pesquisa mais ampla, uma vez que, em decorrência dos seus resultados, podem ser organizados planos estratégicos de ação, contribuindo para a mudança da realidade investigada.⁷

A pesquisa foi desenvolvida em uma instituição de ensino privado de nível superior,

localizada na região central do Rio Grande do Sul/RS, no período de agosto a outubro de 2011. Foram estabelecidos como critérios de inclusão: ser profissional de enfermagem, possuir jornada dupla de trabalho na enfermagem (trabalho noturno e diurno ou trabalho noturno e academia) e estar nesta ocasião por mais de seis meses. Como critérios de exclusão: os profissionais que estavam de atestado ou férias do serviço do período da coleta de dados, profissionais que não possuísem dupla jornada de trabalho ou que a possuísem há menos de seis meses.

Fizeram parte da amostra cinco técnicos de enfermagem que exercem suas atividades no turno da noite e realizam a graduação no turno diurno, cinco acadêmicos de enfermagem bolsistas noturnos do hospital e quatro enfermeiros docentes do curso de enfermagem que, na ocasião da coleta, tinham dupla jornada profissional, no total, 14 sujeitos participaram da pesquisa.

Os dados foram produzidos com um formulário semiestruturado contendo questões mistas e analisados/categorizados seguindo a análise de conteúdo de Bardin⁸ a partir de uma pré-análise (organização do material coletado e sistematização das ideias através de leitura meticulosa das respostas obtidas na entrevista) e, por fim, a categorização das unidades de registro, a qual resultou em três categorias.

Foram considerados os preceitos éticos e legais que envolvem a pesquisa com seres humanos, conforme resolução 196/96 do Ministério da Saúde.⁹ Assim, foi distribuído anteriormente o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido para os participantes da pesquisa, sendo este em duas vias, ficando uma em poder do participante e outra do pesquisador. Manteve-se o anonimato dos depoentes e estes foram identificados por: EDA (enfermeiro docente e assistencial), AT (acadêmicos que são técnicos de enfermagem) e AB (acadêmico bolsista assistencial), seguindo de um algarismo número correspondente à ordem da entrevista (EDA1, EDA2...; AT1, AT2...; AB1, AB2...).

O projeto de pesquisa obteve aprovação do Comitê de Ética em pesquisa do Centro Universitário Franciscano - UNIFRA, sob nº 186.2011.2.

RESULTADOS

Dos 14 entrevistados, cinco eram do sexo masculino e nove do sexo feminino. A idade variou entre os 20 aos 49 anos. A maioria das pessoas entrevistadas teve o tempo de dupla jornada de trabalho igual ao tempo de trabalho noturno, com exceção os acadêmicos

bolsistas, que têm um tempo menor de dupla jornada de trabalho e trabalho noturno, por terem iniciado esta atividade na academia. O tempo que estes exercem a dupla jornada de trabalho e o trabalho noturno variou entre seis meses a 21 anos.

Ao serem questionados sobre a realização de atividade física, nove afirmaram que não realizavam nenhum tipo de atividade física em consequência da sobrecarga de atividades, cansaço físico, dores, sono e falta de tempo; cinco relataram que mesmo com o curto tempo, cansaço e sono praticam regularmente atividade física semanal (musculação, caminhada, pilates). Ao serem questionados acerca da dupla jornada de trabalho, estes afirmaram ser cansativo e estressante, mas necessário e recompensador.

♦ Dupla jornada de trabalho na enfermagem: uma rotina cansativa, necessária e recompensadora

É necessário, pois precisam trabalhar para manter a família, faculdade, adquirir mais conhecimento e experiências, mantendo-se em atividade. Além da necessidade em manter a dupla jornada, afirmam que é recompensador, pois gostam do que fazem e são reconhecidos, conforme as falas a seguir.

[...] Às vezes torna-se cansativo, mas é muito recompensador. (EDA1)

[...] Faz parte da rotina da vida. A pesar de cansativo em [...] alguns momentos. (EDA 2)

[...] Cansativo, porém compensador. (EDA 3) Gosto porque me mantém ativo e produzindo [...]. (AB 1)

[...] Agora é rotina recompensadora, mas no início demorei para me acostumar. (AB 2)

Para os entrevistados, mesmo sendo estressante, é importante essa dupla jornada de trabalho, pois se sentem realizados.

♦ Trabalho noturno: alterando a rotina de vida dos trabalhadores de enfermagem

Quando questionados sobre as mudanças da rotina de vida, após o início do trabalho noturno, os sujeitos afirmaram que apresentaram algum tipo de alteração. Dentre as alterações mais frequentes geradas pelo trabalho noturno, encontravam-se: o sono acumulado, cansaço, dispersão, esquecimento, depressão, aumento do apetite e, como consequência, o aumento de peso, acúmulo de atividades, sem rotinas diárias, diminuição do tempo de lazer e insônia. Apenas um dos entrevistados afirmou não apresentar nenhuma mudança na sua rotina de vida, conforme algumas falas a seguir:

[...] Com o trabalho noturno e má alimentação adiquiri hiperinsulinismo. (AT 1)

[...] *Passei a valorizar mais momentos em família. (EDA 1)*

[...] *Cansaço, dispersão, esquecimento e depressão. (EDA 2)*

[...] *sim, passei a dormir durante o dia e tive aumento de peso. (AT 1)*

[...] *Sim, tenho dificuldade para dormir e estresse. (AT 3)*

O trabalho noturno altera as atividades rotineiras, sendo assim, a maior parte dos entrevistados relatou que o trabalho noturno mudou sua rotina de vida. O sono em atraso é uma das maiores consequências, bem como mudanças em hábitos alimentares, passando a comer coisas desnecessárias em horários errados e, em consequência, o aumento de peso.

♦ A dupla jornada de trabalho/trabalho noturno predispondo sensações de dor nos trabalhadores de enfermagem

Relativo à jornada de trabalho/trabalho noturno, a maioria dos entrevistados disse que sente algum tipo de dor, tais como: cefaleia, dor cervical, lombar, nos membros inferiores, muscular, dor gástrica e também alterações do humor, destacando a irritabilidade, e metabólicas como hiperinsulinismo, como pode ser visto nas falas:

[...] *Quando fico muito tempo acordada sinto dor nas pernas, dor na cabeça e fico muito irritada. (AB 1)*

[...] *Sinto cefaleia, dores musculares e gastrite. (AB 2)*

[...] *Tenho dores em membros inferiores e coluna. (EDA 1)*

[...] *sinto bastante dor nos pés. (EDA 2)*

Quanto ao tipo de dor, após iniciar o trabalho noturno, mais da metade dos entrevistados foi unânime em afirmar que sentem alteração no organismo e alguma dor; afirmou apresentarem dores musculares, nos membros inferiores, irritabilidade e mudanças no metabolismo, por passarem horas em pé, sobrecarga de atividades e mudanças de hábitos alimentares.

Quando questionados sobre tratam a dor, alguns disseram que utilizavam alguma medicação como analgésicos e relaxante muscular (automedicação), outros relataram que não tomam nenhum tipo de remédio, mas realizavam massagem, escalda pés, fisioterapia e tinham cuidado com a alimentação. Salienta-se que, os entrevistados que utilizavam automedicação, não fazem acompanhamento médico.

DISCUSSÃO

Evidencia-se um aumento considerável do nível de estresse profissional, principalmente, em virtude dos avanços tecnológicos, das

inovações da metodologia de trabalho e do aumento do volume de tarefas.^{10,11}

O profissional enfermeiro atua em diversas funções na assistência direta ao cliente, supervisão de funcionários, organização e administração da unidade. Essa sobrecarga de atividades, somada as condições de trabalho, poderá causar desgastante físico e psicológico.¹² As atividades da enfermagem no ambiente hospitalar são sustentadas nas 24 horas diárias, com isso, estes profissionais estão sujeitos a um alto índice de estressores de saúde, bem como alterações no padrão do sono, biológicas, fisiológicas e psíquicas, que acabam minimizando a vida social e familiar.¹³ Por essa razão, a enfermagem é uma profissão considerada como uma das ocupações com alto risco de tensão e adoecimento, o que ocasiona desgaste e ansiedade. Quando há um desequilíbrio resultante da relação entre demandas no trabalho e habilidade afetiva do trabalhador, pode ocorrer estresse ocupacional. O sofrimento psicológico do trabalhador pode acontecer quando ele já não consegue transformar seu trabalho, no sentido de buscar adequá-lo às suas necessidades fisiológicas/psíquicas.¹⁴

Neste estudo, evidenciou-se a ausência da prática de atividades físicas por parte dos trabalhadores de enfermagem. Realidade que se justifica pela falta de tempo e disposição em decorrência da dupla jornada de trabalho. Todavia, optam pela dupla jornada pela necessidade de manterem os estudos, lar e necessidades básicas para, a partir dos estudos, terem uma melhor qualidade de vida. Em decorrência de possuírem mais de um emprego ou trabalharem e também estudarem, a maioria dos entrevistados trabalha durante a noite, fazendo com que ocorram mudanças de rotinas diárias, no metabolismo, diminuição de concentração, sono em atraso, entre outros.

Sem dúvida, desempenhar e organizar as tarefas profissionais e pessoais não é nada fácil, uma vez que a atividade física torna-se algo indispensável na vida de qualquer ser humano, assim como atividades de lazer e outros programas que possam ajudar no desempenho e diminuição do desgaste físico e psicológico.¹⁵ Outra situação que merece destaque é a quantidade de horas dormidas. Para manter uma boa disposição, é importante dormir oito horas diariamente, sendo a melhor hora para isso à noite, porém dorme-se menos quando há uma dupla jornada de trabalho, assim o sono fica em atraso.

É evidente que o sono em atraso dificulta a concentração, pode aumentar a tensão muscular, contribuir para o surgimento de

gastrite e dores em geral.¹² Assim, evidencia-se que a dupla jornada de trabalho favorece ao adoecimento, sendo que o trabalho noturno é o principal motivo de maior inquietação, pois o organismo humano esta adaptado ao trabalho durante o dia e o repouso e reposição das energias durante a noite.¹⁶

O acúmulo de atividades no trabalho da enfermagem, somado a falta de tempo devido à dupla jornada, muitas vezes, leva o profissional a uma alimentação inadequada causando mudanças no metabolismo. Evidencia-se nos dados que há presença de depressão, aumento de peso, hiperinsulinismo, dores, esquecimento, sono em atraso, cansaço, acúmulo de atividades, insônia nos profissionais de enfermagem.

O trabalho noturno tem consequências no bem-estar, repercutindo no sono e, particularmente, na fadiga. A restrição de sono provoca redução do desempenho motor e cognitivo, alterações de atividades metabólicas, hormonais e imunológicas. Nota-se uma diminuição no desempenho em certos períodos do dia ou da noite, com isso, pode ocasionar acidentes e erros no cuidado do usuário.¹⁷

Alguns fatores ameaçadores à saúde dos profissionais de enfermagem são decorrentes ao número reduzido de profissionais e a sobrecarga de atividades, questões relacionadas aos baixos salários, que contribuem para terem mais de um vínculo de trabalho, resultando em carga horária longa e desgastante. O ambiente de trabalho, sobrecarga, relação interpessoal insatisfatória, trabalho noturno e maior tempo de trabalho contribuem para o estresse, cujo alguns profissionais de enfermagem apresentam.¹⁸

O estresse ocupacional é uma alteração decorrente da relação entre trabalhador e meio profissional, no qual exige uma demanda do trabalho que ultrapassa as habilidades do indivíduo de superá-las e isto o leva a sentir reações negativas que podem ser físicas ou psíquicas.¹⁸ Denota-se que mesmo sentindo-se cansado/fadigado, muitas vezes os profissionais da saúde não se preocupam com o seu cuidado, ou seja, além da sobrecarga de trabalho, ainda utilizam-se da automedicação para poderem suprir as suas necessidades fisiológicas, comuns em qualquer ser humano.

Salienta-se que a enfermagem precisa aprender a valorizar o autocuidado, para que possa diminuir os agravos na ocupação. O trabalho em saúde requer pensar no cuidado de quem cuida, pois quando o trabalhador sente-se satisfeito, reconhecido, sente prazer,

refletirá positivamente nas atividades que realiza. O trabalho é muito significativo na vida das pessoas, dando identidade a elas, podendo caracterizar como fonte de prazer e bem-estar, assim como problemas de saúde.¹⁹ Em face do que já se discutiu, nas entrevistas, pôde-se perceber o quanto estes profissionais precisam repensar o seu cotidiano de trabalho e familiar, para que no futuro possam viver com qualidade.

CONCLUSÃO

Evidenciou-se que os participantes do estudo apresentaram alterações fisiológicas e psicológicas no cotidiano pessoal e profissional predispostos pela dupla jornada de trabalho. Mesmo tendo consciência das consequências da dupla jornada, continuam a manter, por necessidade, muitas vezes financeira, em busca de terem um futuro melhor. Ainda que esta realidade traga pontos negativos, há também os pontos positivos referidos pelos sujeitos do estudo, pelo conhecimento, experiência, realização profissional e pessoal.

Este estudo contribuiu para a formação de profissionais de enfermagem durante a academia para discutir e repensar o fazer em enfermagem, tanto na assistência como na docência. Além da reflexão e contextualização do papel da enfermagem na promoção da saúde, para além do usuário, ou seja, o autocuidado desse profissional, pois quem não está bem não consegue cuidar do outro.

O resultado deste estudo poderá subsidiar a formulação de novas políticas públicas no contexto da saúde dos trabalhadores de enfermagem, bem como propiciar uma reorganização trazendo outras possibilidades de atenção, além de direcionar e qualificar o cuidado em saúde/enfermagem. Por representar um problema individual e social que traz implicações e desafios ao viver dos trabalhadores de enfermagem com dupla jornada de trabalho, conhecer o cotidiano do trabalho é fundamental, uma vez que poderá auxiliar na diminuição de doenças pela sobrecarga das atividades, possibilitando uma maior qualidade de vida e, como consequência, a valorização do seu cuidado para melhor atender os usuários.

No entanto, há necessidade de serem realizados mais estudos voltados a esta temática para que possam contribuir na qualidade de vida e valorização destes trabalhadores, uma vez que os profissionais de enfermagem são os que permanecem maior parte do tempo no cuidado direto aos usuários. Portanto, é preciso ser valorizada e discutida nos cenários de atuação destes

profissionais a sua mão de obra para que possam, a partir de seu viver saudável, realizar um cuidado de qualidade.

REFERÊNCIAS

1. Murofuse N, Abranches SS, Napoleao AA. Reflexões sobre estresse e Burnout e a relação com a enfermagem. Rev Latino-am Enfermagem [Internet]. 2005 Mar/Apr [cited 2012 Oct 05];13(2):[about 6p.]. Available from: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-11692005000200019
2. Sales JC, Borges CM, Alves OVM, Paes LW, Campos ACV. Qualidade de vida de três categorias profissionais da saúde em um hospital de minas gerais, Brasil. J Nurs UFPE on line [Internet]. 2010 jul/set [cited 2012 Oct 05];4(3):[about 5p.]. Available from: http://www.revista.ufpe.br/revistaenfermagem/index.php/revista/article/view/952/pdf_135
3. Spiller APM, Dyniewicz AM, Slomp MGFS. Qualidade de vida de profissionais da saúde em Hospital Universitário. Cogitare Enferm [Internet]. 2008 jan/mar [cited 2012 Oct 05];13(1):[about 5p.]. Available from: <http://ojs.c3sl.ufpr.br/ojs2/index.php/cogitare/article/view/11965/8439>
4. Carvalho AM P. Enfrentamento da dor: contribuições da psicologia. Rev Dor [Internet]. 2005 Jan/fev/mar [cited 2012 Oct 05];6(1):[about 5p.]. Available from: <http://www.dor.org.br/revistador/>
5. Carvalho L, Malagris L. Avaliação do nível de estresse em profissionais de saúde. Interações estud pesqui psicol [Internet]. 2007 [cited 2012 Out 05];7(3):[about 12p.]. Available from: <http://www.revispsi.uerj.br/v7n3/artigos/pdf/v7n3a16.pdf>
6. Robazzi MLCC, Mauro MYC, Dalri RCMB, Almeida LS, Secco IAO, Pedrão JL. Exceso de trabajo y agravios mentales a los trabajadores de La salud. Rev Cuba Enferm [Internet]. 2010 Mar [cited 2012 Oct 05];26(1):[about 13p.]. Available from: http://bvs.sld.cu/revistas/enf/vol26_1_10/enf09110.htm
7. Cansonieri AM. Metodologia da pesquisa qualitativa na saúde. Rio de Janeir: Vozes; 2010.
8. Bardin L. Análise de conteúdo. 4a ed., Lisboa: Edições; 2009.
9. Brasil. Ministério da Saúde (BR). Conselho Nacional de Saúde. Diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisa envolvendo seres humanos. Resolução n. 196, de 10 de outubro de 1996. Brasília (DF): Ministério da Saúde; 1996.
10. Santos RMA, Beresin R. Quality of life of nurses in the operating room. Einstein (São Paulo) [Internet]. 2009 [cited 2012 Out 05];7(2):[about 7p.]. Available from: http://apps.einstein.br/revista/arquivos/PDF/1214-Einsteinv7n2p152-8_ing.pdf
11. Ho WH, Chang CS, Shih YL, Da Liang R. Effects of job rotation and role stress among nurses on job satisfaction and organizational commitment. BMC Health Serv Res [Internet]. 2009 [cited 2012 Out 05]; 9(8): [about 10p.]. Available from: <http://www.biomedcentral.com/1472-6963/9/8>
12. Santos TMB, Frazão IS, Ferreira DMA. Estresse ocupacional em enfermeiros de um hospital universitário. Cogitare Enferm [Internet]. 2011 Jan/Mar [cited 2012 Oct 05];16(1):[about 6p.]. Available from: <http://ojs.c3sl.ufpr.br/ojs2/index.php/cogitare/article/view/21115/13941>
13. Battaus MRB, Rita de Cássia de Marchi Barcellos Dalri RCMB, Lelis CM, Brienza AM, Robazzi MLCC. Repercussões da jornada de trabalho para os enfermeiros: revisão de literatura. Rev enferm UFPE on line [Internet]. 2012 Jan [cited 2013 Jan 10];6(1):[about 10p.]. Available from: http://www.revista.ufpe.br/revistaenfermagem/index.php/revista/article/view/2056/pdf_779
14. Magnago TSBS, Lisboa MTL, Griep RH, Zeitoune RCG, Tavares JP. Condições de trabalho de profissionais da enfermagem: avaliação baseada no modelo demanda-controle. Acta Paul Enferm [Internet]. 2010 [cited 2013 Jan 10];23(6):[about 10p.]. Available from: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-21002010000600015
15. Farias SMC, Teixeira OLC, Moreira W, Oliveira MAF, Pereira MO. Caracterização dos sintomas físicos de estresse na equipe de pronto atendimento. Rev Esc Enferm USP [Internet]. 2011 [cited 2013 Jan 10];45(3):[about 8p.]. Available from: <http://www.scielo.br/pdf/reeusp/v45n3/v45n3a25.pdf>
16. Baldissera VDA, Jaques AE, Philbert LAS, Mulato SC, Janaína, Santos JS, Bueno SMV. As percepções de acadêmicos de enfermagem acerca do lazer. Cogitare Enferm [Internet]. 2011 [cited 2013 Jan 10];16(2):[about 7p.]. Available from: <http://ojs.c3sl.ufpr.br/ojs2/index.php/cogitare/article/viewFile/20635/14231>

17. Rosa PLFS, Fisher FM, Borges FNS, Soares NS, Rotenberg L, Landsbergis P. Sono e fadiga entre trabalhadores de enfermagem. Rev Enferm UERJ [Internet]. 2007 Jan/Mar [cited 2013 Jan 10];15(1):[about 7p.]. Available from:

<http://www.facenf.uerj.br/v15n1/v15n1a16.pdf>

18. Costa DT, Martins MCF. Estresse em profissionais de enfermagem: impacto do conflito no grupo e do poder do médico. Rev Esc Enferm USP [Internet]. 2011 [cited 2013 Jan 10];45(5): [about 8p.]. Available from:

http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0080-62342011000500023&script=sci_arttext

19. Glanzner CH, Olschowsky A, Kantorski LP. O trabalho como fonte de prazer: avaliação da equipe de um Centro de Atenção Psicossocial. Rev Esc Enferm USP [Internet]. 2011 [cited 2013 Jan 10];45(3):[about 6p.]. Available from:

http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0080-62342011000300024&script=sci_arttext



Submissão: 12/06/2013

Aceito: 02/10/2014

Publicado: 01/11/2014

Correspondência

Silomar Ilha
 Rua Maria Noal, 8
 Bairro Patronato
 CEP 97020510 – Santa Maria (RS), Brasil