

Trabalho apresentado no 21º CBCENF

Título: ANÁLISE SOBRE O IMPACTO DO TRABALHO NOTURNO NA SAÚDE DOS PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM

Relatoria: TATIANA GIOVANELLI VEDOVATO
Felipe Silva Franco

Autores: José Fábio Antunes
Cristiane Pereira de Castro

Modalidade: Pôster

Área: Valorização, Cuidado e Tecnologias

Tipo: Monografia

Resumo:

Atualmente devido às modificações sociais com novas tecnologias e globalização econômica, os padrões dos horários de trabalho foram se modificando, sendo que o trabalho noturno foi um dos que mais se expandiu. A enfermagem é um dos grupos mais antigos de profissionais que trabalham em esquema de turnos, principalmente no turno da noite, pois o cuidado à saúde requer atenção 24 horas. No entanto, o trabalho noturno pode levar ao desgaste físico e mental de muitos profissionais da enfermagem. Objetivou-se identificar os fatores que interferem na saúde dos profissionais de enfermagem que atuam no período noturno. Trata-se de um estudo de revisão integrativa realizada na base de dados Biblioteca Virtual da Saúde (BVS). Pela pesquisa foram encontrados 32 artigos entre 2008 a 2017, porém após análise somente oito artigos fizeram parte da revisão. Nestes oito artigos foram descritas muitas doenças predispostas e melhorias propostas para profissionais de enfermagem que atuavam em período noturno. Constatou-se que o trabalho noturno possui impacto negativo no processo saúde doença dos profissionais de enfermagem e que a troca do horário do sono para realizar o trabalho noturno acarretou na inversão do ciclo sono-vigília, ou seja, ocorreu um desordenamento do ritmo circadiano que controla os sincronizadores externos como luz, alimentação, ruídos, acontecimentos domésticos, entre outros. E as consequências para a saúde foram cansaço, desgaste, alterações no equilíbrio biológico, alterações dos hábitos alimentares, ganho de peso ponderal, mal estar gástrico, perda de atenção, perda na relação da vida familiar e social, enxaqueca, irritabilidade, sono excessivo ou insônia, dores pelo corpo, hipertensão arterial, infecções repetitivas devido a diminuição da imunidade. Concluindo esta revisão, identificou-se que o trabalho noturno, apesar de indispensável para as atividades de enfermagem, pode levar a desagradáveis consequências para a saúde do trabalhador. Desta maneira, para reduzir os impactos na saúde desses trabalhadores torna-se necessário que propostas de melhorias sejam viáveis e práticas como boa iluminação durante o período de trabalho, garantir horários de descanso ao trabalhador, orientações sobre danos à saúde por realizar trabalho noturno, incentivo ao rodízio de turno para todos os trabalhadores, oferecer dieta adequada para o turno e incentivo às práticas de atividade física de maneira rotineira possam amenizar os danos causados pelo trabalho noturno.