

QUALIDADE DE VIDA NO AMBIENTE HOSPITALAR DOS PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM

QUALITY OF LIFE IN THE HOSPITAL ENVIRONMENT OF NURSING PROFESSIONALS

Kálllyta Ferreira Martins¹, Maelly Santos Alves², Adriana Keila Dias³

RESUMO

Introdução: A definição de qualidade de vida no trabalho (QVT) destaca o bem-estar em sua condição completa. **Problemática:** como podemos conhecer a QVT da equipe de enfermagem a partir do processo de trabalho? **Tendo como Objetivo:** Abordar sobre a qualidade de vida no ambiente hospitalar dos profissionais de enfermagem. **Método:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, a qual possibilita aprender temáticas ou problemas para a saúde do trabalhador. **Revisão de Literatura:** A qualidade de vida no trabalho há muito tempo possui um cuidado especial nas estratégias de organização. E o ambiente hospitalar ou que seja dá área de prestações de saúde que trabalha com um aglomerado de pessoas e pacientes, é um lugar que expõem os trabalhadores a riscos ocupacionais. Profissionais da enfermagem são a classe mais afetada, tornando- os mais propensos a doenças específicas, causadas por fatores físicos, químicos, biológicos, mecânicos e psicossociais e o primeiro passo para elaborar medidas que venham prevenir, amenizar e se possível sanar os riscos, é conhecê-los. **Considerações finais:** Identificar quais fatores que interferem na Q.V.T da enfermagem e, criar medidas que favorecem um ambiente de trabalho propício e seguro, afim de melhorar a vida profissional e a assistência prestada aos pacientes.

Palavras-chave: Saúde; Doença; Enfermeiro; Riscos Ocupacionais.

ABSTRACT

Introduction: The definition of quality of life at work (QWL) highlights well-being in its complete condition. **Problem:** how can we know the QLW of the nursing team from the work process? **Aiming:** To address the quality of life in the hospital environment of nursing professionals. **Method:** This is an integrative literature review, which makes it possible to learn topics or problems for workers' health. **Literature Review:** The quality of life at work has long been a special concern in organizational strategies. And the hospital environment or whatever is the area of health benefits that works with a cluster of people and patients, is a place that exposes workers to occupational risks. Nursing professionals are the most affected class, making them more prone to specific diseases, caused by physical, chemical, biological, mechanical and psychosocial factors, and the first step in devising measures that will prevent, mitigate and, if possible, remedy risks, is meet them. **Final considerations:** Identify which factors interfere in the Q.V.T of nursing and, create measures that favor a favorable and safe work environment, in order to improve professional life and the care provided to patients.

Key-words: Cheers; Disease; Nurse; Occupational hazards.

¹Acadêmica Bacharel em Enfermagem. Faculdade Guaraí.

²Acadêmica Bacharel em Enfermagem. Faculdade Guaraí.

³Enfermeira. Professora Faculdade Guaraí. Mestre em Ciências Ambientais. E-mail: adrianakeiladiaz@hotmail.com

1. INTRODUÇÃO

Desde o século XVIII, com o início da primeira revolução industrial observou-se a mudança do serviço braçal para as máquinas, visando lucros e mão de obra especializada, que aumentou de sobremaneira a economia dos países que aderiram esse sistema capitalista, mas por outro lado, necessitou de profissionais com qualificações em diversas áreas de atuação. Com essa exigência do mercado de trabalho, o homem procurou se aperfeiçoar, pois é cobrado do indivíduo um maior tempo para se preparar e se qualificar profissionalmente, com o intuito de ser pressionados a terem mais resultados e se antes tinha muito serviço para poucos operários habilitados, hoje com o avanço da tecnologia há muito trabalhadores aptos e pouca empregabilidade.¹

Mesmo com todas as modernidades presentes no dia-a-dia das empresas, os trabalhadores sofrem com opressões físicas e psicológicas advinda da sobrecarga do trabalho, e do estresse. No Brasil com a duração do desemprego, dificultando o indivíduo de ocupar um cargo de trabalho, seja por seus atributos pessoais (cor, idade, sexo e escolaridade) ou por se encontrar a muito tempo fora do mercado, proporcionou uma situação em que o trabalhador se vê escolhendo trabalhar de forma muitas das vezes exaustiva, do que ficar desempregado.

Essa situação bastante ocorrente no dia-a-dia da população brasileira implica numa busca de fatores que favorecem a diminuição da qualidade de vida dos trabalhadores, para serem modificados através de estratégias de gestão do trabalho e assim amenizar os impactos na vida dessas pessoas.²

A definição de qualidade de vida no trabalho (QVT) destaca o bem-estar em sua condição completa, ou seja, nas ligações que o profissional tem com o ambiente as demais pessoas que convive. Alguns parâmetros e condições da QVT podem ser usados para mensurar esse estado de contentamento no ambiente de serviço. A influência que o trabalho tem sobre o incentivo, o conforto e o êxito dos funcionários é grande, e o significado que o profissional dá ao seu exercício pode favorecer um estado de saúde e satisfação, ou doença e estresse que são relacionadas ou desencadeadas por problemas de organização do trabalho.³

A primeira escola de enfermagem no Brasil foi iniciada nos anos de 1890 quando Marechal Deodoro Da Fonseca o então chefe da República, regulamentou a profissão e decretou a construção da primeira Escola de Enfermagem, escola Alfredo Pinto, que mais para frente, no ano de 1923 fora construída a Escola Ana Nery, considerada a primeira

escola de enfermagem de fato. Desde então, os números de cursos de graduação em enfermagem vem crescendo nos últimos anos, produzindo alterações no mercado de trabalho da enfermagem, tendo como base a diferença entre o grande número de egressos e a não compatibilidade com a ampliação de empregos para essa classe, problema que vem sendo demonstrado ao longo do tempo.⁴

Em decorrência dos fatores supracitados, os profissionais de enfermagem atuam há muito tempo em condições julgadas inapropriadas, ambientes precários e serviços insalubres, e alguns casos como desvalorização profissional pela sociedade e por colegas de profissão, baixa renumeração e carga horária excessiva, afeta o enfermeiro de forma física e psíquica, refletindo no valor dado a assistência prestada ao paciente, mas mesmo com todos esses dilemas o trabalhador ainda prefere trabalhar em tais situações do que ficarem desempregados.⁵

Os técnicos e auxiliares de enfermagem são mais suscetíveis a alterações na QVT pois além de terem mais contato com o paciente, eles são mais expostos a trabalhos que se classificam como biológicos, químicos, físicos, mecânicos, fisiológicos e emocionais, além de trabalharem com o processo de hierarquização onde há pouca autonomia.

O enfermeiro por sua vez sofre menos impactos em relação aos técnicos e auxiliares, visto que ele se afasta mais das atividades laborais pois é o único responsável pela gerência da equipe, e prefere na maioria das vezes em trabalhar doentes para não deixar seus colegas sem o profissional de referência.⁶

Sendo essencial à preservação da saúde biopsicossocial dos profissionais de enfermagem, visando uma melhor qualidade de vida no trabalho, para assim reproduzir de forma positiva na harmonia com o ambiente e pessoas, e principalmente na qualidade da assistência realizada a clientela, surge a seguinte problemática: como podemos conhecer a QVT da equipe de enfermagem a partir do processo de trabalho?

Deste modo, justificasse este artigo, pela importância em conhecer a qualidade de vida no trabalho dos profissionais de enfermagem, visto que a maioria dos que exercem a profissão têm que arcar com despesas de educação, saúde, moradia, lazer, transporte, e de toda a família envolvida sobretudo se forem casados.

Outro ponto importante que justifica é necessidade de procurar meios de diminuir os danos causados por fatores que prejudicam o processo de trabalho, e conseqüentemente afeta a comunidade. Essa classe infelizmente se torna a mais afetada por problemas de saúde ocasionados pelo trabalho que das demais na área da saúde,

visto que existe diversas causas negativas que os tornam vulneráveis, e alguns fatores, mesmo atuando em prol de reduzi-los, só podem ser observados com resultado a longo prazo.

O presente artigo tem como objetivo geral: abordar sobre a qualidade de vida no ambiente hospitalar dos profissionais de enfermagem, e tendo como objetivos específicos: relatar sobre qualidade de vida dos profissionais de enfermagem, descrever os riscos ocupacionais da enfermagem, mencionar a respeito da saúde/doença do profissional da enfermagem e inteirar em relação das medidas essenciais para melhorar a qualidade de vida no trabalho dos profissionais da enfermagem.

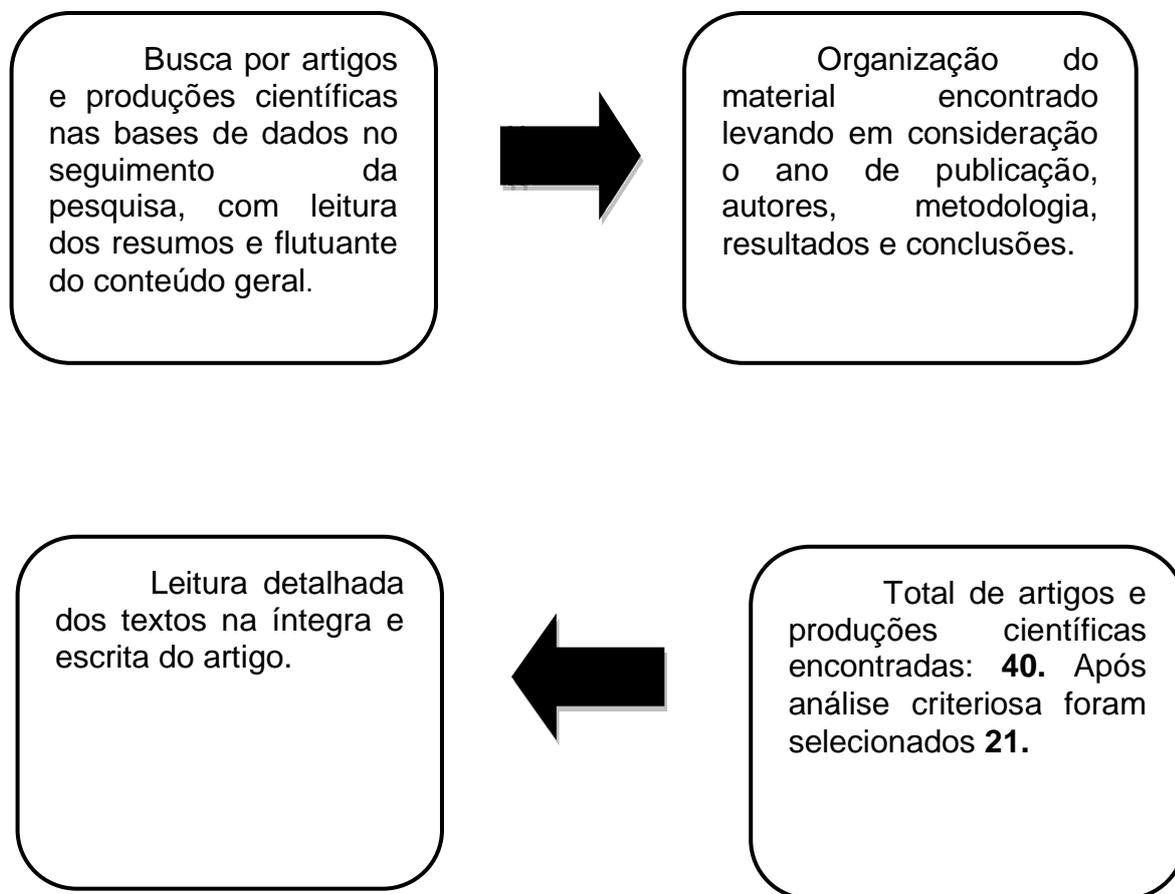
2. MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, a qual possibilita aprender temáticas ou problemas relevantes para o campo da saúde do trabalhador da enfermagem, por meio da captação, apreciação crítica e síntese do conhecimento acerca do objeto investigado. Tal método contribui para a Prática Baseada em Evidência, quando segue um padrão de excelência quanto ao rigor metodológico.

A revisão integrativa de literaturas, orientado a partir da questão principal: “Qualidade de vida no trabalho dos profissionais de enfermagem”, e pelas demais questões que norteiam cada tópico do desenvolvimento do trabalho e que se encontra em tabelas respectivamente incentivaram a busca por produções científicas nacionais publicadas no período de 2015 a 2019. A busca das produções ocorreu de fevereiro a outubro de 2019 utilizando as bases de dados BIREME, LILACS, SCIELO, Google Acadêmico e Repositórios de Teses e Dissertações de mestrado.

Foram pré-selecionados **quarenta (40)** artigos, e utilizados **vinte e um (21)** para elaboração e produção dessa pesquisa. Após a leitura foram verificados a correlação dos conteúdos presentes nos escritos e com uma análise dos mesmos, foi possível estruturá-los em uma base comum para o desenvolvimento da referido estudo.

Figura 1: Fluxo metodológico da pesquisa.



Fonte: Elaborado pelas autoras, 2019.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Qualidade de Vida no Trabalho

Devido os efeitos da globalização o mercado de trabalho tem ficado cada dia mais competitivo, mais intenso e mais complexo, consequências que requerem dos futuros profissionais o acompanhamento das mudanças. A adequação as essas modificações são cruciais para a sobrevivência dentro das organizações, que outrora afeta a qualidade de vida dos trabalhadores.⁶

A atenção com a qualidade de vida no trabalho há muito tempo possui um cuidado especial nas estratégias de organização. Com o passar do tempo foi percebendo a

importância do trabalhador dentro das instituições e de como o bem-estar dele era significativo para a melhoria das tarefas no dia-a-dia, ajudando no crescimento da corporação e na saúde física e emocional do indivíduo, que por sua vez é a mais afetada.⁷

Entende-se que qualidade de vida no trabalho ou QVT, são estudos realizados, que buscam compreender meios que proporcionam um bem-estar no local de trabalho, junto com as relações que as pessoas tem com o ambiente e as demais pessoas do convívio, esses estudos são em cima dos fatores que dificultam essa possibilidade tão importante para o processo das tarefas a serem concretizadas, pelos trabalhadores no seu espaço de serviço.³

O trabalho tem grande interferência na motivação, prazer, e êxito dos funcionários, a posição que se tem frente ao ofício também influencia na visão que o empregado tem do seu serviço. O trabalhador precisa no exercício de suas funções, a compreensão do sentido que tem o trabalho e o sentido no trabalho, seus comportamentos precisam ser mudados para uma visão positiva nascer em relação a seus afazeres no ambiente de ocupação, sendo isto um dos principais indicadores e norteadores da qualidade de vida no trabalho.⁸

O sentido do trabalho está associado a forma de como as pessoas entendem suas relações e vivências dentro das organizações, ou seja, como os empregados compreende aquilo que fazem e a importância por detrás do que de fato fazem. Tanto um aspecto como o outro que envolve o sentido do trabalho está relacionado em como a pessoa acredita que o contexto social em que vive afeta as funções que o trabalho exerce em sua vida.⁵

Enquanto o sentido do trabalho está relacionado com as características, o sentido no trabalho envolve as relações, onde o indivíduo se questiona em o que ele faz, quem ele é, e o porquê dele está ali, pois o sentido que a pessoa dá ao seu trabalho e ao ambiente que trabalha é alusivo à sua própria identidade.⁹

Portanto, é comum as pessoas refletirem no trabalho, principalmente com as demais pessoas do convívio os impactos negativos que sofrem durante todo o processo de suas funções, que lamentavelmente é devido fatores que impossibilita o mesmo de ter satisfação no que faz, ou em outras palavras, ter sentido o que faz, poder se sentir valorizado e realizado mediante suas capacidades, afim de ter uma melhor qualidade de vida e desfrutar de uma saúde física e mental.⁹

Quadro 01: Qualidade de vida no trabalho na visão dos autores.

AUTORES (ANO)	TÍTULO	Q.V.T NA VISÃO DOS AUTORES
Mariana Nascimento Freire; Emanuele Rosados Costa. (2016) ²²	Qualidade de vida dos profissionais de enfermagem no ambiente de trabalho	É o entendimento do ser humano de seu posicionamento na vida, no sistema de valores e na contextualização da cultura em que é vivenciado concomitantemente aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações.
Juliana Ferri do Amaral; Juliane Portelha Ribeiro; Dilmar Xavier da Paixão. (2015) ²³	Qualidade de vida no trabalho dos profissionais de enfermagem em ambiente hospitalar: uma revisão integrativa	Identificar indicadores que possam ser modificados através da implementação das políticas de saúde ou das estratégias de gestão empresarial.
Ana Alice Vilas Boas; Estelle M. Morin. (2017) ²⁴	Qualidade de vida no trabalho: um modelo sistêmico de análise	Estado geral de bem-estar no local de trabalho e nas relações que as pessoas têm com esse ambiente e com as outras pessoas.
Eliana de Brito Bonfim Nascimento; Laise Cardoso dos Santos. (2019) ²⁵	Qualidade de vida dos profissionais de enfermagem que atuam em UTI: uma revisão bibliográfica	Estado de boa saúde, bem-estar físico, funcional, emocional e mental, podendo assim definir a vida das pessoas correlacionadas ao seu cotidiano.
Ana Carolina Pereira De Jesus Luciene Santos De Jesus (2015) ²⁶	Participação do enfermeiro nos programas de qualidade de vida do trabalho	Processo, que precisa ser construídos não só para incorporar as novas tecnologias, como também para aproveitar o potencial humano, individual e em equipe.
Andréia Leite Rodrigues AucidesBarrichelo M. EstelleMorin (2016) ²⁷	Os sentidos do trabalho para profissionais de enfermagem: um estudo multimétodos	Considerar o trabalho como uma vocação, um chamado.

Fonte: Elaborado pelas autoras, 2019.

Riscos Ocupacionais da Enfermagem

O ambiente hospitalar ou qualquer que seja dá área de prestações de saúde que trabalha com um aglomerado de pessoas e pacientes, é um lugar que expõem os trabalhadores a uma gama de riscos ocupacionais. E no meio de vários profissionais que exercem a assistência, a equipe de enfermagem é a maior classe representativa dentro da unidade.¹⁰

Os enfermeiros prestam atividades que requerem grande proximidade física dos pacientes, que por sua vez, aumentam a possibilidade de entrarem em contato com fluidos orgânicos, sangue, entre outros que proporcionam riscos a saúde do indivíduo, pois podem gerar doenças, sendo que grande parte dessas doenças estão relacionadas por acidentes com pérfuroscortantes. Sobre os riscos que a enfermagem está exposta no ambiente de trabalho, temos os físicos, químicos, biológicos, ergonômicos e psicossociais.¹⁰

Por mais que existam todas essas ameaças, durante um longo tempo os profissionais de saúde não foram vistos como uma categoria de alto risco de trabalho. Essa preocupação só veio aparecer a partir da epidemia de HIV/AIDS que surgiu na década de 80, e com isso fora introduzida as precauções padrões de hoje, ressaltando a necessidade de todos os profissionais usarem luvas no momento de entrar em contato com fluidos corporais.¹¹

Os riscos físicos se tratam de ruídos decorrente de alarme sonoros, equipamentos utilizados nas prestações de serviços aos pacientes, movimentação de pessoas, telefone; vibrações; radiações ionizantes pelos exames de imagens, RX como exemplo, umidade, temperaturas altas ou baixa é demais, perigos de incêndios e/ou choques elétricos, iluminação inadequada, infraestrutura precária, entre outros.¹¹

Os riscos químicos por sua vez, referem-se a manipulação de gases, vapores, sendo eles anestésicos, antissépticos e esterilizantes, substâncias citotóxicas que causam danos celulares, etc. Os riscos biológicos dizem respeito aos micro-organismos, como: fungos, vírus, bactérias, protozoários, além dos materiais infectocontagiosos.¹²

Os ergonômicos compreendem o ambiente de trabalho inadequado, onde o levantamento e transporte de pessoas se tornam prejudiciais, postura errada por longos períodos, erros nas realizações de rotinas e serviços, mobiliários e afins. Já os riscos psicossociais advêm do acúmulo vindo do contato com o sofrimento, a dor e a morte dos

pacientes, falta de reconhecimento no trabalho, os turnos noturnos, rodízios, duplas ou até triplas jornadas de trabalho, ritmo acelerado, repetitivo e monótono, supervisão restrita, relações interpessoais desarmônicas, dificuldade de comunicação, estresse, baixa remuneração, sobrecarga psicológica, física e cognitiva, que como consequência contribui para os danos psicossociais.¹²

Com esta definição atribuída, é possível observar que os riscos psicossociais estão associados ao desajuste entre as práticas de gestão e organização, que envolve a vida profissional, condições de trabalho, oportunidades para desenvolverem na carreira, o envelhecimento juntamente com a aposentadoria, que infelizmente afetam de algum modo os aspectos psicológicos, sociais e físicos dos trabalhadores. Pesquisas sobre o tema só começaram a serem produzidas no ano 2000, que fora motivado ao relevante aumento de suicídios de trabalhadores em empresas de porte grande, evidenciando a importância de se estudar os riscos ocupacionais para melhorar a qualidade de vida dos trabalhadores.¹³

Quadro 02: Riscos ocupacionais que mais afeta a enfermagem.

AUTORES (ANO)	TITULO	RISCOS OCUPACIONAIS
Saiury Moraes Pucci Lilia Aparecida Kanan Bruna Fernanda da Silva (2017) ²⁸	Riscos Psicossociais no Contexto do Trabalho	Psicossociais.
Edicéia Medeiros Alves Adriane Caroline Ferreira de Moraes (2016) ²⁹	Riscos Ocupacionais que os profissionais de enfermagem estão expostos no contexto hospitalar e fatores que favorecem sua ocorrência	Ergonômicos, Químicos, Físicos, Biológicos e Psicossociais.
Viviania Freire da Silva José Evangelista Viana de Lima Joice Imaculada Brito dos Santos Fracisco José Sousa Silva Liene Ribeiro de Lima (2017) ³⁰	Riscos ocupacionais e acidentes de trabalho na enfermagem	Biológicos, Químicos, Físicos, Mecânicos, Ergonômicos e Psicossociais.
Silvani Neves Paiva de Araújo (2015) ³¹	Os riscos enfrentados pelos profissionais de enfermagem no exercício da atividade laboral	Fisiológicos, Psíquicos, Físicos, Químicos, Mecânicos e Biológicos.

Fonte: Elaborado pelas autoras, 2019.

Saúde/doença do profissional da enfermagem

Devido os riscos ocupacionais presentes no ambiente de trabalho dos profissionais de enfermagem, e está sendo a classe mais afetada, conseqüentemente os torna mais propensos a doenças específicas, causadas por fatores físicos, químicos, biológicos, mecânicos e psicossociais, sendo umas com resultados maléficis maiores do que outras na saúde do enfermeiro.¹³

Os riscos físicos afetam os trabalhadores de forma particular, pois o faz semelhante a uma ameaça ao produzir negativamente efeitos auditivos no organismo causando problemas nos ouvidos e apófise mastoide: zumbidos, canceres pelas radiações, entre outros. Os biológicos causam doenças como hepatites, HIV/AIDS, os químicos problemas respiratórios, doenças nos olhos e anexos: ressecamento, irritação, doenças na pele: dermatites de contato, alergias.¹⁴

Os problemas circulatórios, osteomusculares que são em sua grande maioria o mais evidenciado, fadiga, dores, estresse, são causadas pelos riscos fisiológicos, onde o corpo do profissional é o instrumento utilizado para a realização do trabalho. Além dos problemas de saúde já citados, também se encontra doenças no aparelho digestivo, pele e tecido subcutâneo, sistema nervoso, doenças parasitárias, transtornos mentais e comportamentais, e o suicídio que juntamente com o câncer formam o perfil de mortalidade desses profissionais.¹⁴

Os enfermeiros por terem constantes exigências emocionais, e contato com o sofrimento humano, ficam vulneráveis aos riscos psicossociais, que por sua vez se trata a respeito da síndrome de Burnout e a depressão ganhando um certo destaque, sendo que tais doenças foram um dos temas discutidos pela Organização Mundial de Saúde no ano de 2017.¹⁵

A síndrome de Burnout por ser uma doença laboral é a mais vista entre a enfermagem, onde é evidenciada pela desmotivação e insatisfação tanto no trabalho como na vida social, esse processo não acontece de forma súbita, e sim gradualmente com desgaste emocional e desmotivação com as funções. O desgaste emocional é visto quando o indivíduo se sente esgotado energeticamente, físico e emocionalmente. O

mesmo fica indiferente com os convívios sociais, com os pacientes e o trabalho, não conseguem mais se envolverem, não sentem prazer e/ou sentido no que fazem, autoestima baixa, ausências, tudo consequências da desmotivação.¹⁶

O profissional que é acometido pela síndrome, sofre vários danos em sua saúde física, como; fadiga, gripes constantes, perda de memória repentina, dores de cabeça com frequências, musculares, hipertensão arterial, imunidade baixa, problemas cardiovasculares, respiratórios, gastrointestinais, sexuais, e distúrbios do sono. As disfunções na cognição e no emocional, geram: dificuldade de se concentrar e de ter atenção no trabalho, que favorece os outros riscos, principalmente os biológicos e mecânicos; mau humor, isolamento, ansiedade, medo, impaciência e depressão.¹⁶

O comportamento da pessoa se torna ríspido, rígido, sem iniciativa, questionador, julga com facilidade ele e o próximo, trabalha com o mínimo de rendimento, se frustra com o serviço, entre outras. A depressão está entre as três doenças mais referidas pelos enfermeiros, onde pode vim antes ou depois da síndrome de Burnout, sendo que os fatores desencadeantes de ambas são os mesmos, a depressão produz prejuízos familiares mais vistos nos profissionais da enfermagem do sexo feminino e com o estado civil casada e com filhos, o maior nível educacional, como especializações, mestrados e doutorados que por consequências geram mais exigências e responsabilidade aumentando ainda mais a sobrecarga e prevalência de suicídio decorrente da depressão.¹⁷

Quadro 03: Principais problemas de saúde as quais os profissionais de enfermagem estão sujeitos.

AUTORES (ANO)	TITULO	PROBLEMAS DE SAÚDE AS QUAIS OS PROFISSIONAIS ESTÃO SUJEITOS
Silvani Neves Paiva de Araújo(2015) ³²	Os riscos enfrentados pelos profissionais de enfermagem no exercício da atividade laboral	Problemas osteomusculares; Mentais e Doenças transmissíveis (causa biológica)
Vanda Elisa AndresFelli Taiza Florêncio Costa Patrícia Campos Pavan Baptista Ana Lúcia de Oliveira Guimarães Bárbara Marques Anginoni(2015) ³³	Exposição dos trabalhadores de enfermagem às cargas de trabalhos e suas consequências	Doenças transmissíveis; Doenças da pele e tecido subcutâneo; D. aparelho circulatório; D. digestivo; D. geniturinário; D. respiratório; D. olhos e anexos; D. ouvido e apófise mastoide; Sistema

		Nervoso; D. osteomuscular; D. infecciosas e parasitárias e Transtornos mentais e comportamentais
Silvia Quintas Cristina Queirós Antônio Marques Veronica Orvalho (2017) ³⁴	Os enfermeiros e a sua saúde no trabalho: A relação entre depressão e burnout	Depressão e Burnout
Frederico Marques Andrade Lanuza Borges Oliveira Maria Cecília Dias Corrêa Camila Bretas Santos Julia de Oliveira e Silva Luiz Fernando Abasse Maciel Rafael Jose Capuchinho Rocha Ícaro Amorim Monteiro Daniela Oliveira Lima Magalhães Tatiane Amélia Ferreira Renato Martins Tolentino (2019) ³⁵	Síndrome de burnout em profissionais de enfermagem no ambiente hospitalar: uma revisão integrativa	Problemas Psicossociais
Darlan dos Santos Damásio Silva Natália Vieira da Silva Tavares Alícia Regina Gomes Alexandre Daniel Antunes Freitas Mércia Zeviani Brêda Et.al(2015) ³⁶	Depressão e risco de suicídio entre profissionais de enfermagem: revisão integrativa	Transtornos Mentais e comportamentais

Fonte: Elaborado pelas autoras, 2019.

Medidas essenciais para melhorar a qualidade de vida no trabalho dos profissionais da enfermagem

Reconhecer os riscos ocupacionais que os profissionais da enfermagem estão sujeitos e em massa sofrem, é o primeiro passo para elaborar medidas que venham prevenir, amenizar e se possível sanar os riscos. Outro fator importante, é a não percepção da gravidade que tem certos riscos, contribuindo para o aumento dos acidentes e complicações advinda deles, trazendo à tona a necessidade de saber

identificar os problemas no ambiente de trabalho, e ter conhecimento dos seus perigos para a saúde.¹⁸

A principal medida de precaução de acidentes no trabalho é o uso dos Equipamentos de Proteção Individual, (EPI), porém, grande parte dos profissionais não os utilizam, e quando os usam, usam de maneira errada, seja pelo uso incompleto de todos os equipamentos, ou pelo fato de não saberem usar, pela inexistência dos materiais, e até mesmo pela recusa dos trabalhadores, demonstrando que a educação continuada no uso adequado, a sua importância e a vigilância, é sem dúvidas a principal medida a ser tomada, pois se os profissionais não sabem usar de forma certa os equipamentos de proteção padrão, quanto mais os específicos.¹⁹

Nos riscos químicos é evidenciado o dever de capacitações para a equipe de enfermagem em especial os técnicos, acerca da manipulação correta dos medicamentos, ou outras substâncias como exemplo produtos de limpeza, esterilização, entre outros; seja em forma líquida ou gasosa que são as mais prejudiciais manipulando-as erroneamente, pois causa deformidades nas células quando entram em contato com o indivíduo. Uma boa ventilação juntamente com os EPI é essencial para impossibilitar a respiração de gases tóxicos, ou medicamentos inaladores como os anestésicos.²⁰

Com os riscos biológicos não é diferente, visto que os membros da equipe que trabalha em contato com os excrementos dos pacientes e objetos perfuro cortantes devem saber a maneira adequada de manuseá-los e descartá-los. As lesões osteomusculares por sua vez, são relacionadas a movimentos repetitivos, levantamento de peso com postura errada, e danos acumulados, e são prevenidas com a união da ergonomia com exercícios laborais, ou até mais regulares, as pausas estipuladas durante o trabalho também são necessárias para dar um descanso ao trabalhador e evitar que os movimentos com muita frequência e ritmo causam danos. Já os riscos físicos são unicamente prevenidos com uso dos EPI, impedindo assim que as radiações causem problemas de saúde.²⁰

Os riscos psicossociais são mais complexos, pois depende de pessoa para pessoa, onde umas conseguem lidar mais facilmente com os estresses do dia-a-dia, enquanto outros não têm a mesma facilidade, o ambiente hospitalar por se só já é estressante para muitos, a intensa rotina de palavras desmotivadoras, pacientes que agridem verbalmente e fisicamente em alguns casos e a sobrecarga laboral, são uns dos motivos para desencadear o estresse. Uma das medidas para prevenir os danos psicossociais é o

método do coping: soluções comportamentais que são usadas para reduzir, prevenir o dano, o sofrimento. Alguns tipos de coping que são utilizados como estratégias são: suporte social, autocontrole, aceitação de responsabilidades, resolução de problemas, afastamento e fuga-esquiva, reavaliação positiva e confronto.²¹

Logo, se observa que o uso dos EPI, educação continuada e capacitação dos profissionais quanto ao manuseios, descartes e transportes de matérias que causam problemas na saúde, juntamente com medidas vitais para a saúde mental como a pratica do coping, são medidas que devem ser usadas para minimizar os riscos ocupacionais e melhorar a qualidade de vida no trabalho dos profissionais de enfermagem.²¹

Quadro 04: Principais medidas de prevenção para evitar riscos ocupacionais na enfermagem.

AUTORES (ANO)	TITULO	MEDIDAS DE PREVENÇÃO
Maria Helena Machado Eliane de Oliveira Waldirlando Lemos Wagner Ferraz de Lacerda Wilson Aguiar Filho Mônica Wermelinger Et.al., (2016) ³⁷	Mercado de trabalho da enfermagem: Aspectos gerais	Melhor remuneração afim de diminuir o excesso da carga horária de trabalho.
Rafael Braga de Almeida Rodrigo Marques da Silva Iel Marciano de Morais Filho (2017) ³⁸	As dificuldades enfrentadas pelo enfermeiro do trabalho na prevenção de acidentes e doenças ocupacionais – revisão de literatura	Conhecer bem o processo de trabalho da empresa onde atua.
Aline Gondim de Freitas, Emiliani Virginia Vale Rodrigues Ulhiana de Lima Batista Bruno Miranda da Rocha (2019) ³⁹	Perfil dos Profissionais de Enfermagem que Sofrem Acidentes que Trabalho: Revisão Integrativa	Domínio correto da técnica nos procedimentos, utilização dos equipamentos de proteção individual, manter o esquema vacinal contra hepatite B atualizado, manipulação e descarte adequado de materiais perfuro-cortantes, ser pontual nas passagens de plantões, e participar de treinamentos e capacitações.
Maria de Lourdes Lima	Enfermagem:	Utilização dos

Oliveira Cardoso Edna GrahI Brandalize Slob (2015) ⁴⁰	Marcia	características dos profissionais que sofrem acidentes com material biológico	equipamentos de proteção individual e treinamentos e capacitações.
--	--------	---	--

Fonte: Elaborado pelas autoras, 2019.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

As análises feitas durante todo o processo de realização do trabalho, sendo a busca por fontes relacionadas ao tema até a conclusão e fechamento das ideias a respeito da qualidade de vida no trabalho e os impactos que têm na enfermagem como profissão de frente na área da saúde, trouxe o esclarecimento da importância em identificar quais fatores que interferem na Q.V.T da enfermagem e a partir desse conhecimento, criar medidas que favorece um ambiente de trabalho propício e seguro, construindo uma harmonia com o local e os relacionamentos afim de melhorar a vida profissional e a assistência prestada aos pacientes que utilizam os serviços de saúde.

Portanto, sempre há a necessidade de elaborar programas que venham capacitar e treinar toda a enfermagem, seja na importância da utilização e de forma correta dos EPIs, o manejo e descartes apropriados de materiais contaminados e perfurocortantes prevenindo possíveis infecções/contaminações. A saúde mental por sua vez carece de mais atenção, pois não é somente o meio físico que a impacta, o profissional precisa reconhecer o sentido que dar a suas atribuições, o ambiente inserido, os relacionamentos, o mesmo precisa conhecer seus limites, buscar um acompanhamento médico terapêutico se assim necessitar, e se possíveis aderir praticas integrativas de relaxamento, e descanso da mente.

5. REFERÊNCIAS

- 1 Sakurai R, Zuchi JD. As Revoluções Industriais até a Industria 4.0. Interface Tecnológica. 2018.
- 2 Marasca L, Santos EP, Ueda RM, Dapper SN, Souza AM. Desemprego no Brasil: Uma Análise Política, Econômica e Social. Rev FSA. 2017; 14 (3).
- 3 Boas AAV, Morin EM. Qualidade de Vida no Trabalho: Um Modelo Sistêmico de Análise. RevAdm em Diálogo. 2017; 19 (2): 62-90.

-
- 4 Oliveira LR, Alves LS, Carvalho PMG, Soares EO. Trajetória profissional de egressos da enfermagem. Rev. Interdisciplinar. 2016; 9 (1): 125-134.
- 5 Amaral JF, Ribeiro JP, Paixão DX. Qualidade de vida dos profissionais de enfermagem no ambiente hospitalar: Uma revisão integrativa. Rev. Espaço para a Saúde. 2015; 16 (1): 66-74.
- 6 Freire MN, Costa ER. Qualidade de vida dos profissionais de enfermagem no ambiente de trabalho. Rev. Enf. Contemporânea. 2016; 5 (1): 151-158.
- 7 Jesus A.C.P, Jesus L.S. Participação Do Enfermeiro Nos Programas De Qualidade De Vida Do Trabalho. Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública. 2015.
- 8 Santos, L. C., Nascimento E.B.B. Qualidade De Vida Dos Profissionais De Enfermagem Que Atuam Em Uti: uma revisão bibliográfica. Revista Artigos. 2019
- 9 Rodrigues AL, Alcides B, Estelle M. Os Sentidos do Trabalho para profissionais de enfermagem: Um estudo multimétodos. RAE. 2016 [Acesso 24 fev 2019]; 56 (2): 192-208.
- 10 Pucci SM, Kanan LA, Silva BF. Riscos Psicossociais no Contexto do Trabalho. Rev. Gepes Vida. 2017; 3 (6): 142-153.
- 11 Alves EM, Moraes ACF. Riscos Ocupacionais que os profissionais de enfermagem estão expostos no contexto hospitalar e fatores que favorecem sua ocorrência. 2016
- 12 Silva VF, Lima JEV, Santos JIB, Silva FJS, Lima RL. Riscos ocupacionais e acidentes de trabalho na enfermagem. Rev. Mostra Interdisciplinar. 2016; 2 (1).
- 13 Araujo SNP. Os riscos enfrentados pelos profissionais de enfermagem no exercício da atividade laboral. rev. Enfe Contemporânea. 2015; 4 (2): 237-243.
- 14 Felli VEA, Costa TF, Baptista PCP, Guimarães ALO, Anginoni BM. Exposição dos trabalhadores de enfermagem às cargas de trabalhos e suas consequências. rev. Escola de Enfermagem. 2015; 49 (2): 98-105.
- 15 Quintas S, Queirós C, Marques A, Orvalho V. Os enfermeiros e a sua saúde no trabalho: A relação entre depressão e burnout. Rev. International journal on working conditions. 2017.
- 16 Andrade FM, Oliveira LB, Corrêa MCD, Santos CB, Silva JO, Maciel LFA, et al. Síndrome de burnout em profissionais de enfermagem no ambiente hospitalar: uma revisão integrativa. rev. Elet. Acervo em saúde. 2019; 20.
- 17 Silva DSD, Tavares NVS, Alexandre ARG, Freitas DA, Brêda MZ, Albuquerque MCS, Neto VLM. Depressão e risco de suicídio entre profissionais de enfermagem: revisão integrativa. Rev. Esc de Enfermagem. 2015; 49 (6): 1027-1036.
- 18 Machado MH, Oliveira E, Lemos W, Lacerda WF, Filho WA, Wermelinger M, et al. Mercado de trabalho da enfermagem: Aspectos gerais. Revista Cofen. 2016; 6: 43-78.

- 19 Almeida RB, Silva RM, Moraes-Filho IM. As dificuldades enfrentadas pelo enfermeiro do trabalho na prevenção de acidentes e doenças ocupacionais – revisão de literatura. Rev. Cient. Sena Aires. 2017; 6(1): 59-71.
- 20 Freitas AG, Rodrigues EVV, Batista UL, Rocha BM. Perfil dos profissionais de Enfermagem que sofrem acidentes de trabalho: Revisão Integrativa. Rev. Saúde Santa Maria. 2019; 45 (1): 1-16.
- 21 Cardoso MLLO, Slob EMGD. Enfermagem: Características dos profissionais eu sofrem acidentes com material biológico. Rev. Cient. Enf. 2015; 5 (15): 30-36.
- 22 Freire, MN, & Costa, ER. (2016). Qualidade de vida dos profissionais de enfermagem no ambiente de trabalho. Revista Enfermagem Contemporânea, 5(1).
- 23 Amaral, JFD, Ribeiro, JP, & Paixão, DXD. (2015). Qualidade de vida no trabalho dos profissionais de enfermagem em ambiente hospitalar: uma revisão integrativa. Espaço Saúde, 16(1), 66-74.
- 24 Boas, AAV, & Morin, EM. (2017). Qualidade de Vida no Trabalho: um modelo sistêmico de análise. Revista Administração em Diálogo-RAD, 19(2), 62-90.
- 25 dos Santos, LC, & Nascimento, EDBB. (2019). QUALIDADE DE VIDA DOS PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM QUE ATUAM EM UTI: uma revisão bibliográfica. Revista Artigos. Com, 2, e1200-e1200.
- 26 Jesus, ACPD, Jesus, LSD, & Ribeiro, JC. (2015). Participação do enfermeiro nos programas de qualidade de vida do trabalho.
- 27 Rodrigues, AL., Barrichello, A., & Morin, EM. (2016). Os sentidos do trabalho para profissionais de enfermagem: Um estudo multimétodos. RAE-Revista de Administração de Empresas, 56(2), 192-208.
- 28 Pucci, SM, Kanan, LA, & da Silva, BF. (2017). Riscos psicossociais no contexto do trabalho. Revista GepesVida, 3(6).
- 29 Alves, EM, & Moraes, ACFD. (2016). Riscos ocupacionais que os profissionais de enfermagem estão expostos no contexto hospitalar e fatores que favorecem a ocorrência.
- 30 da Silva, VF, de Lima, JEV, dos Santos, JIB, Silva, FJS, & de Lima, L. R. (2017). RISCOS OCUPACIONAIS E ACIDENTES DE TRABALHO NA ENFERMAGEM. Mostra Interdisciplinar do curso de Enfermagem, 2(1).
- 31 de Araújo, SNP. (2016). Os riscos enfrentados pelos profissionais de enfermagem no exercício da atividade laboral. Revista Enfermagem Contemporânea, 4(2).
- 32 De Araújo, SNP. Os riscos enfrentados pelos profissionais de enfermagem no exercício da atividade laboral. Revista Enfermagem Contemporânea, 2016, 4.2.

33 Felli, VEA, et al. Exposição dos trabalhadores de enfermagem às cargas de trabalho e suas consequências. Revista da Escola de Enfermagem da USP, 2016, 49.spe2: 98-105.

34 Quinta, S., Queirós, C., Marques, A., & Orvalho, V. (2017). Os enfermeiros e a sua saúde no trabalho: a relação entre depressão e burnout. *International Journal on Working Conditions*, (13), 1-20.

35 Andrade, FM, Oliveira, LB, Corrêa, MCD, Santos, CB, de Oliveira, J., Maciel, LFA, & Tolentino, RM. (2019). Síndrome de burnout em profissionais de enfermagem no ambiente hospitalar: uma revisão integrativa. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, (20), e334-e334.

36 Silva, DDSD, Tavares, NVDS, Alexandre, ARG, Freitas, DA, Brêda, MZ, Albuquerque, MCDSD, & Melo Neto, VLD. (2015). Depressão e risco de suicídio entre profissionais de Enfermagem: revisão integrativa. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, 49(6), 1023-1031.

37 Machado, MH, de Oliveira, E., Lemos, W., de Lacerda, WF, Aguiar Filho, W, Wermelinger, M, & Barbosa, C. (2016). Mercado de trabalho da enfermagem: aspectos gerais. *Enfermagem em Foco*, 7(ESP), 35-53.

38 Almeida, RBD, Silva, RMD, & Moraes Filho, IMD. (2017). As dificuldades enfrentadas pelo enfermeiro do trabalho na prevenção de acidentes e doenças ocupacionais—revisão de literatura. *Revista de Divulgação Científica Sena Aires*, 6(1), 59-71.

39 de Freitas, AG, Rodrigues, EVV, de Lima Batista, U, & da Rocha, BM. (2019). Perfil dos profissionais de Enfermagem que sofrem acidentes que trabalho: revisão integrativa. *Saúde (Santa Maria)*, 45(1).

40 Cardoso, MDLLO, & Slob, EMGB. (2015). Enfermagem: características dos profissionais que sofrem acidentes com material biológico. *Revista Recien-Revista Científica de Enfermagem*, 5(15), 30-36.