
**IMPLICAÇÕES DO TRABALHO NOTURNO NA SAÚDE E DESEMPENHO DOS
ACADÊMICOS DE ENFERMAGEM DE UMA INSTITUIÇÃO DE ENSINO
SUPERIOR PRIVADA**

**THE IMPLICATIONS OF NIGHT WORK ON THE DEVELOPMENT AND
HEALTH OF NURSING ACADEMIC STUDENTS OF A PRIVATE UNIVERSITY**

MAYARA DA ROCHA OLIVEIRA
Graduada em Enfermagem pela FAESA

LUIS ANTONIO SILVA
Faculdades Integradas São Pedro – FAESA

ISSUE DOI: 10.5008/1809.7367.026

RESUMO

Este estudo tem como objetivo apresentar uma leitura sobre a relação entre o exercício do trabalho noturno e suas implicações sobre o desempenho acadêmico e o estado de saúde dos estudantes de Enfermagem. Considerando a dessincronização do ritmo circadiano e do ciclo do sono causado pelo trabalho noturno, pode ocorrer uma série de alterações físicas, mentais e sociais para o trabalhador, o que pode influenciar a execução das atividades curriculares de Enfermagem e, conseqüentemente, o desempenho dos estudantes. Trata-se de uma pesquisa descritiva e exploratória, de natureza quantiquantitativa que, utilizando aplicação de questionário, obteve, como principais resultados, queixas referentes à saúde mental, física e à diminuição do lazer com familiares e amigos. Quanto ao desempenho acadêmico, observa baixo índice de reprovação e desempenho acadêmico regular dos estudantes.

Palavras-chave: Trabalho noturno. Saúde. Desempenho.

ABSTRACT

This study aims at presenting a reading about the relationship between the exercise of the night job and their implications on the academic acting and the nursing students' health condition. Considering the desynchronization of the circadian rhythm and of the cycle of the sleep caused by the night job, a series of physical, mental and social alteration may happen

for the worker, what can influence the execution of the activities nursing curriculares and consequently the students' acting. It is a descriptive and exploratory research, of nature quanti-qualitative that using questionnaire application obtained as main results complaints regarding the mental, physics health and to the decrease of the leisure with relatives and friends. As for the academic acting low disapproval index was observed and academic acting to regulate the students.

Keywords: Work. Health. Acting.

INTRODUÇÃO

O organismo humano está adaptado ao trabalho durante o dia e ao descanso e reconstituição das energias à noite. Assim, pode-se perceber que o trabalhador noturno necessita desempenhar suas funções na fase de descanso. Isso se agrava ainda mais quando, durante o dia, esse trabalhador tem que se dedicar às atividades acadêmicas e extracurriculares visando à qualificação do seu currículo, quando se refere aos acadêmicos de Enfermagem.

Além de enfrentar a jornada de trabalho noturno fixa ou alternante, os acadêmicos de Enfermagem, em busca de qualificação profissional, complementam o curso com atividades extracurriculares, como estágios, cursos, plantões, pesquisas. Assim, submetem-se à forte pressão e estresse, não somente pela exigência do rendimento acadêmico e pelo tempo demandado aos estudos, mas também por enfrentar diariamente a enfermidade, a morte e as dificuldades inerentes ao seu ambiente de trabalho.

Diante da importância deste tema e da conjuntura atual, este artigo apresenta as implicações do trabalho noturno na saúde dos acadêmicos do primeiro ao oitavo período do Sistema FAESA de Educação, Faculdades Integradas São Pedro, Unidade de Conhecimento de Ciências Médicas e Saúde, Curso de Enfermagem e sua relação com o desempenho acadêmico desses estudantes.

“Em todas as sociedades há sempre uma parcela da força de trabalho executando tarefas que estão em funcionamento em horários diurnos e noturnos” (MENDES, 1995, p. 547). Uma grande parcela dos trabalhadores em turnos sofre com o desconforto e mal-estar causados pelas jornadas de trabalho não diurnas. Essas jornadas provocam, principalmente, a dessincronização interna dos ritmos biológicos e os conflitos nas áreas sociais e extralaborais.

Nesta conjuntura, encontra-se o acadêmico de Enfermagem que necessita desenvolver esse tipo de trabalho para custear seus estudos, garantir seu sustento, e ao mesmo tempo, desenvolver as atividades acadêmicas que devem ser realizadas no período diurno.

Danda et al. (2005) observaram que estudantes portadores de sonolência diurna excessiva apresentam pior qualidade de sono, assim como problemas de concentração durante o dia, o que demonstra a importância do sono para um bom desempenho das atividades acadêmicas ou profissionais. A privação do sono pode explicar os períodos de sonolência, problemas de concentração durante o dia e a consequente diminuição do desempenho acadêmico dos estudantes de Enfermagem.

Franco e Taverna (2002) realizaram pesquisa com estudantes de Enfermagem no segundo, terceiro e quarto períodos. A análise dos dados revelou que cerca de 28% dos entrevistados apresentaram débito de sono médio e consequente comprometimento de sua atenção e 21,3% dos estudantes apresentaram débitos graves de sono, com sério comprometimento para a qualidade de vida. Observou-se que atenção, concentração, memória recente e o desempenho são afetados quando o aluno desafia seu ciclo circadiano, trazendo consequências desde um simples cansaço e necessidade de repouso até débitos de sono acumulado, que geram

dificuldade de reposição e podem provocar fadiga crônica, redução do desempenho, acidentes de trabalho, distúrbios emocionais, etc.

OBJETIVOS

- a) Investigar as implicações do trabalho noturno na saúde dos acadêmicos do Curso de Enfermagem de uma Instituição de Ensino Superior Privada.
- b) Avaliar o desempenho acadêmico dos estudantes de Enfermagem, abordando notas semestrais, índice de reprovação e sua relação com o trabalho noturno dos acadêmicos.

METODOLOGIA

O estudo é de natureza quantitativa e qualitativa. Trata-se de uma pesquisa descritiva e exploratória, realizada na Instituição de Ensino Superior Privada, localizada no bairro São Pedro, no município de Vitória.

A amostra foi constituída de 46 acadêmicos de Enfermagem, com faixa etária entre 18 a 45 anos, trabalhadores noturnos e estudantes no turno matutino e vespertino na instituição. Foram escolhidos os alunos que realmente, naqueles períodos, trabalhavam à noite.

Utilizou-se um questionário com perguntas fechadas. Também foi realizada análise descritiva dos dados por meio de tabelas de frequência com número, percentual e gráficos de colunas. A relação entre o coeficiente de rendimento dos alunos e a qualidade do sono foi testada pelo teste qui-quadrado. O nível de significância adotado foi de 5%. O pacote estatístico usado para esta análise foi SPSS 15-Social Package Statistical Science.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

TABELA 1. Estudantes participantes da pesquisa

Características	Número	Percentual
Sexo		
Feminino	31	67,4
Masculino	15	32,6
Faixa etária		
Até 24 anos	7	15,2
25 – 29 anos	18	39,1
30 – 34 anos	13	28,3
35 anos ou mais	8	17,4
Total	46	100,0

Participaram da pesquisa 46 universitários que trabalham à noite, dos quais 31 (67,4%) eram do sexo feminino e 15 (32,6%) do sexo masculino. A faixa etária variou dos 18 aos 45 anos, e foi distribuída em quatro categorias. A faixa etária com maior número foi a dos 25 aos 29 anos (39,1%) conforme mostra a Tabela 1.

Esses resultados seguem a tendência de estudos da área, que afirmam que a profissão de Enfermagem se mantém predominantemente feminina em todos os níveis (MAGALHÃES et al., 2007; MARTINO; MISKO, 2004).

TABELA 2. Sintomas mais frequentes nos estudantes

Sintoma	Número	Percentual
Cansaço	43	95,6
Sonolência diurna excessiva	29	64,4
Dores de cabeça	28	62,2
Irritabilidade	28	62,2
Dificuldade de concentração	28	62,2
Dificuldade de raciocínio	23	51,1
Distúrbios de apetite	19	42,2
Insônia	17	37,8
Azia	13	28,9
Distensão abdominal	10	22,2
Má digestão	9	20,0
Náuseas	7	15,6
Tonturas	7	15,6
Edema	6	13,3
Pressão arterial alta	3	6,7
Dificuldade respiratória	2	4,4

Conforme a Tabela 2, quanto aos sintomas referidos com maior frequência pelos estudantes, dos 46 pesquisados, 43 (95,6%) relataram o cansaço como principal sintoma, seguido de: sonolência diurna excessiva (64,4%), dores de cabeça (62,2%), irritabilidade (62,2%), dificuldade de concentração (62,2%), dificuldade de raciocínio (51,1%), distúrbios de apetite (42,2%), insônia (37,8%), azia (28,9%), distensão abdominal (22,2%), má digestão (20,0%),

náuseas (15,6%), tonturas (15,6%), edema (13,3%), pressão arterial alta (6,7%) e dificuldade respiratória (4,4%).

Esses itens seguem o padrão de diversos estudos em que sintomas de desconforto físico e mental foram associados ao trabalho noturno. Marziale e Rozestraten (1995) observaram, em seu estudo sobre fadiga mental em Enfermagem, que a incidência de sintomas de distúrbios do sono (sonolência, ansiedade, nervosismo, impaciência, angústia, desânimo, confusão mental) e de desconforto físico pode interferir no rendimento acadêmico de indivíduos que trabalham à noite e que estudam no período do turno matutino e do vespertino. Diante dos resultados obtidos, pode-se estabelecer uma relação entre o trabalho noturno e a dessincronização dos ritmos internos dos estudantes, levando ao surgimento de diversos desconfortos na esfera física e mental, culminado com implicações negativas na sua saúde.

TABELA 3. Desempenho acadêmico dos estudantes

Percepção	Número	Percentual
Muito ruim/Ruim	1	2,2
Regular	30	65,2
Bom/Muito bom	15	32,6

Para o desempenho acadêmico, 30 (65,2%) dos estudantes disseram que consideram seu desempenho acadêmico como regular, enquanto 15 (32,6%) responderam que consideram seu desempenho como bom ou muito bom, e 1 (2,2%) apenas considera seu desempenho como ruim ou muito ruim, conforme mostra a Tabela 3.

TABELA 4. Período acadêmico dos estudantes

Características	Número	Percentual
Período		
3º	8	17,4
4º	3	6,5
5º	13	28,3
6º	4	8,7
7º	10	21,7
8º	8	17,4
Coefficiente de rendimento		
Até 7	11	23,9
7,01 – 8,00	22	47,8
8,01 – 9,00	13	28,3
Número de reprovações		
Nenhuma	31	67,4
Uma	8	17,4
Duas	5	10,9
Três	2	4,3

De acordo com as informações dos históricos escolares dos estudantes/trabalhadores noturnos, foram obtidos seus dados acadêmicos, referentes ao período que cursam, ao coeficiente de rendimento e ao número de reprovações. Dos 46 estudantes, 8 (17,4%) cursam o 3º período, 3 (6,5%) estão no 4º período, 13 (28,3%) cursam o 5º período, 4 (8,7%) o 6º período, 10 (21,7%) cursam o 7º período e 8 (17,4%) cursam o 8º período. Quanto ao coeficiente de rendimento,

11 (23,9%) acadêmicos apresentaram coeficiente menor ou igual a 7, considerado como baixo rendimento, 22 (47,8%) dos acadêmicos apresentaram coeficiente entre 7,01 e 8, considerado como rendimento médio, e 13 (28,3%) apresentaram rendimento acima de 8,01 até 9, considerado com bom rendimento.

Com relação às reprovações, 31 (67,4%) dos acadêmicos não apresentaram nenhuma reprovação, enquanto 8 (17,4%) apresentaram uma reprovação, 5 (10,9%) apresentaram duas reprovações e 2 (4,3%) apresentaram três reprovações ao longo do curso, conforme mostra a Tabela 4.

A literatura ainda é escassa quanto ao estudo da relação entre desempenho acadêmico e trabalho noturno. Entretanto estudos (FRANCO; TAVERNA, 2002; DANDA et al., 2005) mostram que a privação do sono em estudantes universitários pode explicar a sonolência diurna excessiva, os graves débitos de sono e os problemas de falta de concentração e memória durante a vigília apresentados pelos estudantes, o que comprova a correlação positiva entre trabalho noturno e conseqüente privação do sono com a diminuição do desempenho acadêmico entre os estudantes que trabalham à noite.

Ao observar a percepção dos estudantes sobre seu desempenho acadêmico, o qual a maioria considera regular, o coeficiente de rendimento dos alunos, que também se encontra em maioria num nível médio, e o baixo índice de reprovação, pode-se dizer que, ao longo do Curso de Enfermagem, os estudantes que trabalham à noite não tiveram graves débitos em seu desempenho acadêmico, o que vai de encontro às pesquisas anteriores e sugere que o trabalho noturno, apesar de grande obstáculo a um bom desempenho estudantil, conforme a literatura, não desencadeou um baixo rendimento escolar para os estudantes da pesquisa, o que pode

estar associado às características individuais, que permitem uma boa adaptação ao trabalho, proporcionando os resultados encontrados.

Diante dos resultados obtidos na aplicação do instrumento, seguem os gráficos comparativos entre as principais queixas referidas pelos estudantes e o coeficiente de rendimento dos alunos, objetivando encontrar as possíveis implicações do trabalho noturno no desempenho dos educandos. Para tanto, foi utilizado teste qui-quadrado com nível de significância de 5%.

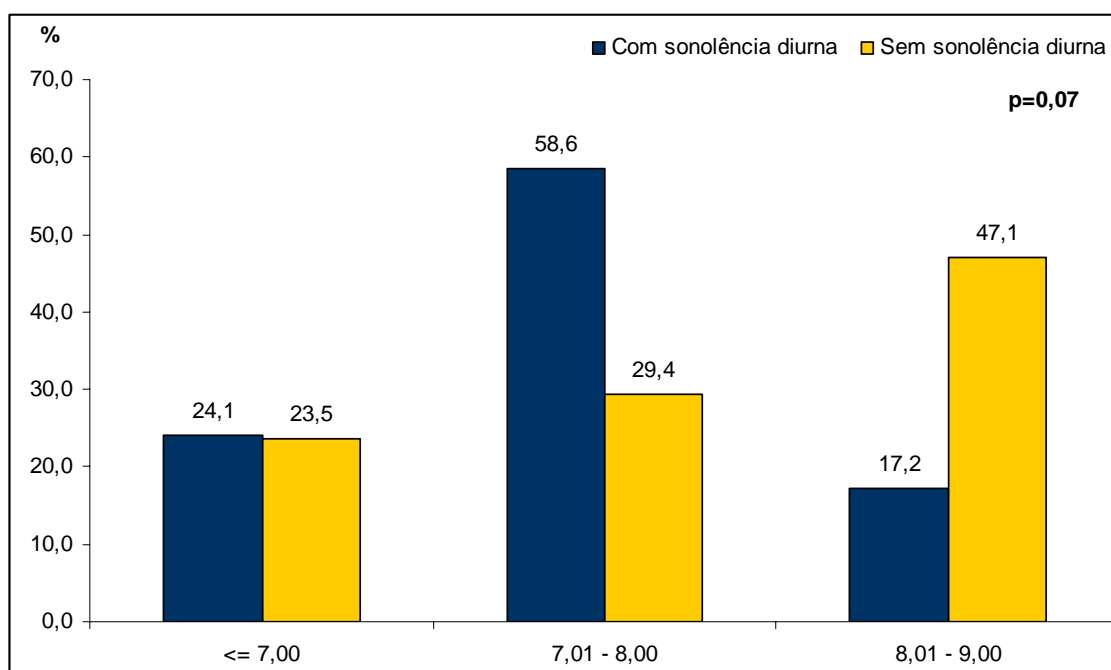


FIGURA 1. Relação entre coeficiente de rendimento e sonolência diurna excessiva relatada pelos alunos

Na Figura 1, pode-se observar que, para o nível de coeficiente menor ou igual a 7, obteve-se uma porcentagem de 23,5 % dos alunos sem sonolência diurna excessiva, ao passo que 24,1% dos alunos apresentaram sonolência. Para o nível de coeficiente entre 7,01 e 8, observou-se que 29,4% dos alunos não apresentaram sonolência diurna excessiva, enquanto 58,6%

tiveram sonolência. Para o nível de coeficiente entre 8,01 e 9, constatou-se que 47,1% dos alunos não apresentaram sonolência diurna excessiva enquanto 17,2% apresentam sonolência. A relação foi avaliada pelo teste qui-quadrado com resultado de $p=0,07$, mostrando-se assim não significativa, conforme o nível de significância adotado.

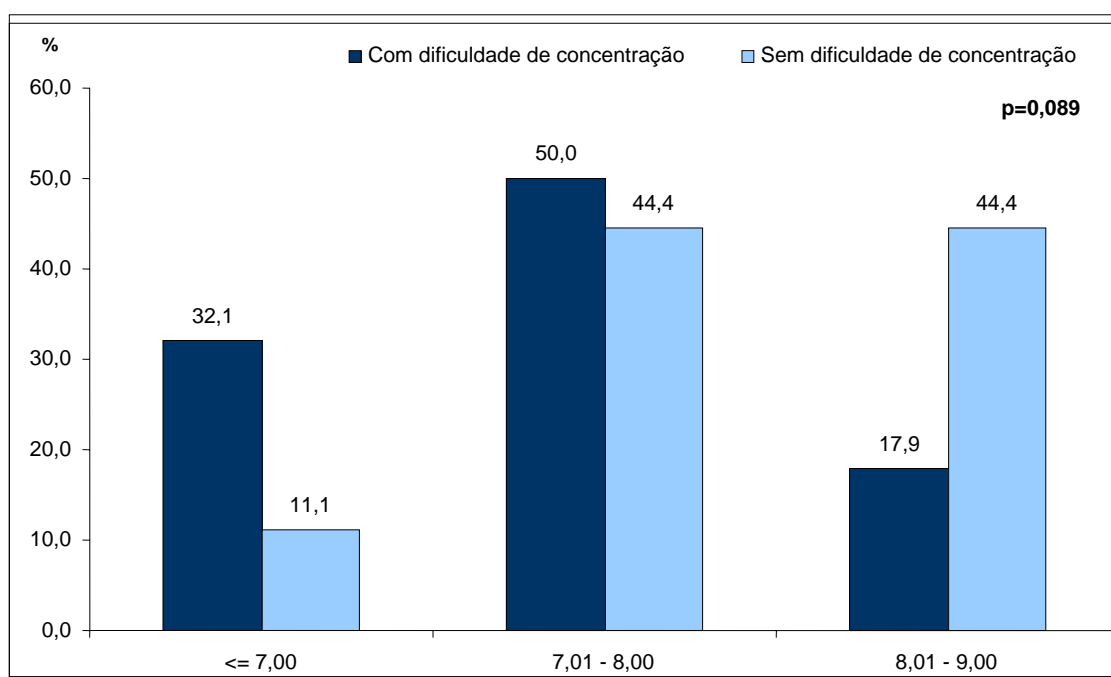


FIGURA 2. Relação entre coeficiente de rendimento e dificuldade de concentração relatada pelos alunos

Na Figura 2, ao comparar coeficiente de rendimento com dificuldade de concentração, observou-se, para o nível de coeficiente menor ou igual a 7, que 11,1% dos estudantes não apresentaram dificuldade de concentração, enquanto 32,1% dos estudantes relataram dificuldade de concentração. Para o nível de coeficiente entre 7,01 e 8, verificou-se que 44,4% dos estudantes não apresentaram dificuldade de concentração, enquanto 50% relataram dificuldade de concentração. Para o nível de coeficiente entre 8,01 e 9, obteve-se um percentual de 44,4% dos estudantes sem dificuldade de concentração enquanto 17,9%

relataram dificuldade de concentração. O resultado para o teste qui-quadrado foi de $p = 0,089$ e não se mostrou significante, conforme o nível de significância adotado.

Como observado na literatura (FRANCO; TAVERNA, 2002; DANDA et al., 2005), o exercício do trabalho noturno e a privação do sono trazem inúmeros prejuízos para a saúde mental do trabalhador. Assim, apesar de não atingir o nível de significância adotado, os resultados mostram uma tendência positiva entre as variáveis adotadas, pois, para cada sintoma referido, obteve-se a maior parte dos estudantes entre o nível médio de coeficiente, o que leva a considerar que o trabalho pode influenciar o desempenho acadêmico.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante dos resultados, quanto à saúde, pode-se verificar o predomínio de desconforto físico e de queixas em relação ao estado mental, como dificuldades de concentração e raciocínio, associadas à privação do sono. Para o desempenho acadêmico do Curso de Enfermagem da Instituição de Ensino Superior Privada pesquisada, não foi observado baixo rendimento significativo pela maioria dos estudantes, porém registrou-se uma tendência entre os sintomas referidos pelos estudantes e o nível de coeficiente apresentado por eles, sugerindo que o trabalho noturno influencia negativamente no desempenho acadêmico.

Assim, ao observar-se que o trabalho noturno não provocou baixo desempenho aos estudantes de Enfermagem devido às alterações no ritmo circadiano e do ciclo do sono e que, apesar de os estudantes relatarem queixas em relação ao seu estado mental, como dificuldade de concentração e de raciocínio associada à privação do sono, não há implicações negativas sobre seu desempenho acadêmico, como se pode observar nos resultados da pesquisa, o que

pode estar relacionado com sacrifícios pessoais dos acadêmicos para obterem resultados expressivos nos seus estudos.

REFERÊNCIAS

DANDA, G. J. de N. et al. Padrão do ciclo sono-vigília e sonolência diurna excessiva em estudantes de medicina. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, Recife, v. 54, n. 2, p.102-106, ago. 2005.

FRANCO A. C.; TAVERNA, M. Estudo de vigília permanente em alunos do curso de enfermagem da Universidade Tuiuti do Paraná. **Ciência e Cultura**, Curitiba, v. 4, n. 36, p. 35-58, nov. 2002.

MAGALHÃES, A. M. M. et al. Perfil dos profissionais de enfermagem do turno noturno do hospital de clínicas de Porto Alegre. **Revista do Hospital das Clínicas de Porto Alegre**, Porto Alegre, v. 27, n. 2, p.16-20, mar. 2007.

MARTINO, M. M. F.; MISKO, M. D. Estados emocionais de enfermeiros no desempenho profissional em unidades críticas. **Revista da Escola de Enfermagem da Universidade de São Paulo**, São Paulo, v. 38, n. 2, p.161-7, set. 2004.

MARZIALE, M. H. P.; ROZESTRATEN, R. J. A. Turnos alternantes: fadiga mental de enfermagem. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, Ribeirão Preto, v. 3, n. 1, p. 59-78, jan. 1995.

MENDES, R. et al. **Patologia do trabalho**. Rio de Janeiro: Atheneu, 1995.

Prof.º Dr. Luis Antonio Silva

Telefones: (027) 9942-6856

e-mail: lsilva1959@uol.com.br

Endereço: Av. Comandante Álvaro Martins, 110 – Apto. 403 – Ed. Villa Del Sole

Bairro: Mata da Praia - Cidade: VITÓRIA- Estado: ES - CEP: 29966-050