

ALTERAÇÕES NA SAÚDE DECORRENTES DO EXCESSO DE TRABALHO ENTRE TRABALHADORES DA ÁREA DE SAÚDE

HEALTH CHANGES FROM OVERWORK AMONG HEALTH SECTOR WORKERS

CAMBIO EN LA SALUD POR EXCESO DE TRABAJO ENTRE TRABAJADORES DEL ÁREA SALUD

Maria Lúcia do Carmo Cruz Robazzi^I
Maria Yvone Chaves Mauro^{II}
Iara Aparecida de Oliveira Secco^{III}
Rita de Cássia de Marchi Barcellos Dalri^{IV}
Fabiana Cristina Taubert de Freitas^V
Fábio de Souza Terra^{VI}
Renata Cristina da Penha Silveira^{VII}

RESUMO: Trabalhadores da saúde apresentam agravos à saúde e o trabalho excessivo pode favorecer o aparecimento de problemas físicos e/ou mentais. Objetivou-se identificar os trabalhadores da área da saúde, portadores de alterações de saúde que possam estar relacionadas ao excesso de trabalho; e os problemas de saúde que os acometem e outros problemas que possam estar relacionados ao excesso de trabalho. Realizou-se, de março a abril de 2009, levantamento bibliográfico em uma biblioteca virtual, sem delimitação de data, utilizando-se as palavras-chave *excesso de trabalho*, *vínculo empregatício* e *duplo emprego*, obtendo-se 33 artigos. Os trabalhadores mais estudados foram os enfermeiros, médicos, dentistas, psicólogos, agentes comunitários de saúde e motoristas de ambulância. Os agravos mais encontrados foram estresse ocupacional, *burnout*, violência e distúrbios osteomusculares, além de absenteísmo, acidentes de trabalho, erros de medicação e condições inadequadas de trabalho. O excesso de trabalho parece favorecer adoecimentos mentais e/ou físicos entre tais trabalhadores.

Palavras-chave: Trabalhadores; saúde do trabalhador; doenças do trabalho; condições de trabalho.

ABSTRACT: Health workers often have health ailments and overwork may favor the emergence of physical and/or mental problems. This study, designed to identify health sector workers with possibly overwork-related health problems, what health problems affect them, and what other problems may be overwork-related, was conducted from March to April 2009 by literature review in a virtual library. Using the keywords *overwork*, *employment* and *dual employment*, and without delimiting date, resulted in 33 articles. The workers most studied were nurses, doctors, dentists, psychologists, community health workers, and ambulance drivers. The injuries most often found were job stress, burnout, violence and musculoskeletal disorders, as well as absenteeism, accidents, medication errors and inappropriate work conditions. Overwork seems to favor mental and/or physical illnesses among such workers.

Keywords: workers; occupational health; occupational diseases; working conditions.

RESUMEN: Los trabajadores de salud tienen problemas de salud y el exceso de trabajo puede favorecer la aparición de problemas físicos y/o mentales. Tuvo como objetivo identificar los trabajadores en el ámbito de la salud, portadores de cambios de salud que puedan estar relacionados con el exceso de trabajo; y los problemas de salud que los afectan y otros problemas que puedan estar relacionados con el exceso de trabajo. Se realizó, entre marzo y abril de 2009, revisión en la literatura en una biblioteca virtual, sin delimitar la fecha, utilizando las palabras clave *exceso de trabajo*, *empleo* y *doble empleo*, lo que totalizó 33 artículos. Los trabajadores más estudiados fueron enfermeros, médicos, dentistas, psicólogos, agentes comunitarios de salud y conductores de ambulancia. Las lesiones más frecuentes fueron estrés laboral, agotamiento, violencia y trastornos musculoesqueléticos, más allá de absentismo, accidentes laborales, errores de medicación y condiciones de trabajo inadecuadas. El exceso de trabajo parece favorecer las enfermedades mentales y / o físicas entre esos trabajadores.

Palabras clave: Trabajadores; salud laboral; enfermedades profesionales; condiciones de trabajo.

^IEnfermeira do Trabalho. Professora Titular do Departamento de Enfermagem Geral e Especializada da Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto da Universidade de São Paulo. Ribeirão Preto, São Paulo, Brasil. E-mail: avmlcrr@eerp.usp.br.

^{II}Enfermeira. Professora Titular da Universidade do Estado do Rio de Janeiro. Presidente da Associação Nacional de Enfermagem do Trabalho. Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, Brasil. E-mail: mycmauro@uol.com.br.

^{III}Enfermeira. Doutora e Pós-Doutora em Enfermagem pela Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto da Universidade de São Paulo. Docente da Universidade Norte do Paraná e Enfermeira do Hospital Universitário da Universidade Estadual de Londrina. Londrina, Paraná, Brasil. E-mail: iarasecco@sercomtel.com.br.

^{IV}Enfermeira. Mestre e Doutoranda em Ciências pela Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto da Universidade de São Paulo. Ribeirão Preto, São Paulo, Brasil. E-mail: ritacmbdalri@bol.com.br.

^VFisioterapeuta. Mestre e Doutoranda em Ciências pela Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto da Universidade de São Paulo. Ribeirão Preto, São Paulo, Brasil. E-mail: ftaubert@eerp.usp.br.

^{VI}Enfermeiro. Doutor em Ciências pela Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto da Universidade de São Paulo. Professor Adjunto da Escola de Enfermagem da Universidade Federal de Alfenas. Alfenas, Minas Gerais, Brasil. E-mail: fabsouterra@yahoo.com.br.

^{VII}Enfermeira. Doutora em Enfermagem pelo Programa Interunidades de Doutorado em Enfermagem da Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto da Universidade de São Paulo. Professor Adjunto da Universidade Federal de São João Del Rei, Campus Centro-Oeste Dona Lindu, Divinópolis, Minas Gerais, Brasil. E-mail: renatacps@hotmail.com.

INTRODUÇÃO

Trabalhadores da saúde costumam apresentar relatos de agravos à sua própria saúde. Angústias, perda de sono, aumento e/ou diminuição de peso corporal, dores e problemas distintos são usualmente verbalizados, com possibilidades de serem resultantes do trabalho ou seu excesso.

Distração, sonolência, diminuição de concentração, lapsos de memória, depressão, ansiedade, infartos ou síndromes cerebrais orgânicas podem ocorrer pelo trabalho realizado demasiadamente¹. O impacto de excessivas horas destinadas às atividades laborativas é preocupante e motivou a existência de regulamentações sobre este problema. O risco estimado de uma lesão ou um acidente associado a um determinado número de horas laboradas na semana varia; dependendo do horário de trabalho esse risco apresenta relação com a frequência de pausas destinadas ao descanso².

A fadiga é identificada como um dos principais riscos de acidentes e pode causar ou agravar lesões osteomusculares; o estresse é relacionado às lesões associadas às atividades laborativas, devido a limitações de tempo, trabalho, responsabilidades, insegurança e organização laboral. A carga de trabalho física é problemática quando as tarefas devem ser executadas em tempo exíguo³.

Trabalhar excessivamente, além da capacidade de resistência e de recuperação, pode ser perigoso para os que ignoram os sinais, evidenciando necessidades de descanso e lazer. Caso envolvam-se tanto com o trabalho que sua jornada não apresente limite de horário, podem ultrapassar a capacidade de recuperação, favorecendo adoecimentos. O tratamento depende do diagnóstico e extensão da doença; a pessoa deve ser reeducada para que consiga desenvolver adequadamente suas necessidades físicas e emocionais¹.

Trabalho realizado de modo excessivo é a condição em que o trabalhador, por sua própria vontade ou determinação de terceiros, aumenta o número de horas laboradas além das habituais. Deste modo, expande-se tal número, podendo acontecer em mais de uma jornada ou vínculo empregatício, em horários extras nestes ambientes ou na residência deste trabalhador. A realização do excesso pode implicar em diminuição de horários de alimentação, lazer, repouso, sono e de contato social e familiar⁴.

A convivência com trabalhadores da área da saúde e/ou a ela relacionados motivou a realização deste estudo que apresenta finalidade de aumentar o conhecimento existente sobre o tema. Os objetivos do presente estudo são: identificar os trabalhadores da área da saúde, portadores de alterações de saúde, que podem estar relacionadas ao excesso de trabalho; quais os problemas de saúde que os acometem e que outros problemas podem estar relacionados ao excesso de trabalho.

METODOLOGIA

Investigação descritiva que se utilizou da pesquisa bibliográfica, realizando-se levantamento na literatura, em periódicos da área da saúde a partir de sua indexação na *Scientific Electronic Library Online (SciELO)*, independente do ano em que ocorreu tal indexação.

A partir dos objetivos efetuou-se a busca de descritores apropriados nesta biblioteca virtual por meio dos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS), os quais não foram encontrados. Buscou-se, então, artigos que em seus títulos, textos na íntegra ou resumos apresentassem as palavras-chave: *excesso de trabalho* e/ou *vínculo empregatício* e/ou *duplo emprego*, com temática voltada para a saúde e cujo sujeito de estudo fosse o trabalhador desta área ou a ela vinculado. Para a busca foi utilizada a pesquisa de artigos na SciELO pelos Métodos de buscas Integrado, Por Palavra, Proximidade Léxica, Google Acadêmico e Relevância.

O período de obtenção dos artigos foi entre março e abril de 2009. Os resultados dessa primeira etapa demonstraram que a digitação da palavra-chave *duplo-emprego* no método Integrado e por Palavra revelou sete artigos em cada um; no método por Proximidade Léxica 10, no Google Acadêmico 5200 (valor aproximado) e no método de Relevância 512. A palavra-chave *excesso de trabalho* nos mesmos métodos mostrou, respectivamente, 171, 171, 10, 15200 (valor aproximado) e 512 artigos. Quanto ao *vínculo empregatício*, os resultados foram: 28 no Método Integrado, 25 no Método por Palavra, 10 na Proximidade Léxica, 766 no Google Acadêmico e 208 no Método de Relevância. Contabilizou-se 22837 artigos (valor aproximado).

A busca no Google Acadêmico mostrou que o acesso a ele pela biblioteca virtual permitia a visualização até um determinado número de páginas, não sendo possível identificar todos os artigos; constatou-se então repetição de estudos⁵ justificando o número expressivo de textos.

Na segunda etapa procedeu-se, ainda na *web*, a leitura de títulos e resumos dos artigos que contemplavam as palavras-chaves isoladamente ou em conjunto. A seleção foi feita por leitura atenta; na dúvida, o texto era obtido na íntegra e consultado para avaliação de sua adequabilidade ao tema. Desconsiderando-se os repetidos, os que nada significavam ao tema ou aqueles cujos objetos de estudo não eram o trabalhador da saúde ou relacionado a esta área, contabilizaram-se 91 artigos.

Na terceira e última etapa, os 91 textos foram obtidos na íntegra, impressos e numerados. Realizou-se a reconferência quanto a pertinência e, após as leituras, chegou-se a 33 artigos, nos quais foram procurados os temas de convergência e divergência.

RESULTADOS

Pesquisadores brasileiros foram os maiores responsáveis pelos artigos; a área de conhecimento dos periódicos e algumas de suas características estão apresentadas na Tabela 1.

TABELA 1: Distribuição das características dos artigos pesquisados sobre excesso de trabalho na área da saúde, 2009.

| Área do periódico | Sujeito estudado | Temática do estudo | Total f | Total % |
|----------------------------------|--|---|-----------|---------------|
| Enfermagem | Equipe de enfermagem, enfermeiro, motorista de ambulância, profissional do sistema de medicação. | Qualidade de vida no trabalho, lazer, demandas de atenção, trabalho de enfermagem, acidentes de trabalho, exploração do corpo do enfermeiro, violência no trabalho, absenteísmo relacionado à doença, estresse, erros de medicação. | 18 | 54,55 |
| Psicologia | Psicólogo, trabalhador de saúde, profissional de saúde, técnico da área de saúde. | Estresse ocupacional, prazer e sofrimento, relação entre trabalhadores, fatores de personalidade e <i>burnout</i> , vivências de profissionais. | 6 | 18,18 |
| Saúde pública/ Saúde coletiva | Profissional de saúde, agente comunitário de saúde, enfermeiro. | Saúde psíquica, cotidiano de trabalho, qualidade de vida no trabalho. | 3 | 9,09 |
| Medicina | Médico. | Estresse, condições de saúde e trabalho. | 2 | 6,06 |
| Educação e saúde | Cirurgião dentista, médico. | Relações entre os trabalhadores. | 2 | 6,06 |
| Outras áreas | Profissional de serviço de pronto-socorro pediátrico, cirurgião dentista. | <i>Burnout</i> , distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho | 2 | 6,06 |
| Total | | | 33 | 100,00 |

Enfermeiros e/ou membros da equipe de enfermagem, profissionais de saúde em geral, médicos, dentista/cirurgião dentista, psicólogos, agentes comunitários de saúde, motoristas de ambulância e profissional do sistema de medicação foram os trabalhadores cujos problemas de saúde estavam mencionados com possível nexos com o excesso de trabalho realizado, conforme mostra a Tabela 1.

Esses problemas foram agrupados em alterações mentais (estresse ocupacional/crônico/síndrome de *burnout*; sofrimento, violência e desgaste mental) e físicas (distúrbios osteomusculares).

Os trabalhadores também apresentaram índices de absenteísmo, acidentes de trabalho, erros na administração de medicamentos, além de trabalho sob condições inadequadas, exposição aos riscos ocupacionais, sobrecarga e exaustão e não realização de atividades de lazer.

DISCUSSÃO

O maior percentual de artigos publicados em periódicos de enfermagem indica a preocupação de seus autores, a maioria enfermeiros, com o seu trabalho.

Longas horas laborais parecem propiciar efeitos nocivos sobre a saúde, aumentando possibilidades de acidentes de trabalho, lesões musculoesqueléticas, fadiga, sintomas psicológicos e fatores de riscos cardiovasculares⁶.

Alterações mentais decorrentes do excesso de trabalho

Em relação às alterações mentais, foram agregados os estudos sobre o estresse ocupacional/estresse crônico/síndrome de *burnout* (SB).

Conjunto de reações do organismo às agressões capazes de perturbar o equilíbrio interno podem ocasionar o estresse como uma resposta adaptativa, mediada por características individuais ou processos psicológicos^{7,8}. Pode interferir na vida pessoal, levando a dificuldades nos relacionamentos social e familiar, falta de motivação, doenças físicas e psicológicas e problemas no contexto laborativo^{7,9}. A SB é uma reação de estresse crônico que acomete profissionais atuantes com o público, provocando-lhes queda na *performance* e influenciando a qualidade dos serviços prestados¹⁰.

Evitar o sofrimento e procurar prazer constitui-se em desejo dos trabalhadores¹¹. No entanto, a violência laboral tornou-se fato usual e pode ter repercussões nestas pessoas; sua origem obedece a uma combinação de causas relacionadas aos indivíduos, contexto ambiental, condições de trabalho e à interação dos trabalhadores entre si e com seus empregadores¹².

Estudos abordando o estresse e a SB investigaram, prioritariamente, trabalhadores enfermeiros e/ou da equipe da enfermagem^{7,9,13}. Tais pessoas trabalhavam em hospitais^{9,11,13} ou em Unidades Básicas de Saúde; a carga horária variou de 12h contínuas a 30-60h semanais¹³; o trabalho exigia-lhes expressivo nível de atenção, lidavam com situações imprevisíveis, fragmentavam suas tarefas e precisavam conhecer a tecnologia existente¹⁴. Além disso, surgiram outros estressores, resultantes dos papéis que assumiam nas organizações, das relações interpessoais, da estrutura organizacional e do trabalho em regime de plantão que subtraía o tempo livre e dificultava o amparo social como estratégia para minimizar o estresse⁹.

Trabalhadores de enfermagem com duplo emprego estavam mais sujeitos ao estresse^{9,15,16}; ter ou

tro vínculo empregatício indicava a necessidade de complementação salarial; a condição de ser da enfermagem e mulher agregava atividades no lar, favorecendo o estresse¹⁴. Cargas psíquicas foram as mais identificadas; tal fato levava-os à tensão mantendo-os em estado de atenção constante na execução das tarefas, situação gerada pelo ritmo intenso do trabalho¹⁷. Além da enfermagem, o estresse afeta outros trabalhadores como técnicos⁸, médicos¹⁸, profissionais de saúde em geral¹⁰ e psicólogos¹⁹.

Técnicos de saúde mantinham contato com agentes estressores, não apresentando preparo para enfrentá-los; o estresse estava presente em 82,3% destes trabalhadores, com a maioria das mulheres estressadas (83%) realizando dupla-jornada⁸.

Durante a residência, médicos necessitam aprender a lidar com sentimentos de vulnerabilidade e desamparo em relação ao sistema assistencial; é reconhecida a existência da Síndrome de Estresse do Residente com privação do sono, excessiva carga de trabalho, responsabilidade profissional, mudanças frequentes das condições laborais e competição entre colegas. Longas horas de trabalho comprometem o desempenho profissional¹⁸.

Níveis de estresse e estressores no trabalho de psicólogos foram avaliados. A maioria não apresentou estresse; o principal agente estressor interno foi a preocupação com clientes; os externos foram excesso de horas trabalhadas e instabilidade financeira. A inexistência de salário fixo e a sobrecarga de trabalho constituíram-se em fontes de estresse e muitos estressores foram percebidos no exercício da profissão¹⁹.

Profissionais de saúde de nível superior foram investigados em relação aos fatores de personalidade e aos ligados à organização do trabalho com a SB. A média da carga horária semanal foi superior à preconizada; baixos salários e precarização das relações trabalhistas levavam os de maior tempo profissional a jornadas mais longas e diversos vínculos empregatícios. Condições desfavoráveis restringiam as atividades fora do trabalho; a situação sócio-econômica direcionava-os ao excesso de trabalho¹⁰.

Trabalhadores de pronto-socorro infantil foram estudados objetivando conhecer seus sentimentos diante das situações de trabalho, focalizando os componentes da SB. Apresentavam cansaço, angústia e revolta pela sobrecarga e limitações dos recursos, permeados da satisfação de gostar do que faziam e reconhecimento da própria utilidade; temor de cometer erros fatais; desqualificação profissional; exposição ao risco de agressão e indiciamento judicial, além de vínculo afetivo com o trabalho. Houve tendência à exaustão emocional, desânimo e sentimentos de inadequação e fracasso²⁰.

A realidade psico-ocupacional de trabalhadores de clínica de oncologia pediátrica mostrou que fontes de estresse constituíram-se em dificuldades

da organização, problemas na rotina, falhas na coordenação de grupo de trabalho, falta de recursos de auxílio ao profissional e fraca estrutura administrativa no serviço de saúde, além das características da doença e do tratamento e morte de crianças²¹.

Principais problemas relacionados ao excesso de trabalho

Sofrimento e violência que acometem os trabalhadores e desgaste físico e mental também foram encontrados em psicólogos²², outros profissionais de saúde e membros da equipe de enfermagem^{12,23}.

Estudou-se psicólogos de empresas privadas objetivando-se problematizar suas vivências. Os com tempo integral costumavam permanecer além do horário estipulado; os com dedicação menor possuíam tarefas fora da empresa. Fontes de prazer citadas foram, acompanhar o desenvolvimento das pessoas, realizar trabalho considerado apaixonante, ter espaço adequado para atender e ser reconhecido; as de sofrimento relacionavam-se a carga excessiva de trabalho, pressão, conflitos entre os valores da empresa e os pessoais, cerceamentos da organização, ausência de reconhecimento e a percepção de pertencer a uma categoria profissional fragilizada²².

Estudo com trabalhadores da saúde hospitalar mostrou que a equipe de enfermagem trabalhava no máximo de suas possibilidades; plantonistas faziam uma refeição e um lanche por plantão de 12 horas; a carga horária excessiva resultava em cansaço e atrasos obrigavam os colegas a permanecerem mais horas, ao final dos plantões²³.

Estudou-se a equipe de enfermagem para analisar a sua percepção quanto ao tempo disponibilizado para as suas atividades e as manifestações de violência no contexto de trabalho. O tempo insuficiente compunha a gênese da violência laboral havendo várias manifestações violentas; condições precárias e quantidade insuficiente de trabalhadores levavam à sobrecarga física e mental¹².

Analisou-se o nível de saúde psíquica de profissionais de saúde em enfermarias. A maioria trabalhava em outros locais; o excesso de trabalho ocasionava insatisfação e cansaço; horários alternados de plantões não possibilitavam descanso; número significativo de indivíduos encontrava-se com estresse e distúrbios psicossomáticos²⁴.

Objetivou-se identificar as cargas a que estavam expostos trabalhadores de enfermagem. A jornada e o esquema de folgas realizavam-se de forma intensa; havia exposição às diversas cargas de trabalho potencializadas pelas psíquicas²⁵.

Estudo com enfermeiros buscou identificar as situações de demanda de atenção e do ambiente do seu trabalho. Maiores demandas relacionavam-se ao sofrimento

mento do paciente, decisões rápidas a serem tomadas; tempo insuficiente para dar apoio emocional ao paciente e necessidade de orientar as famílias; 20,3% apresentavam mais de um vínculo empregatício e a maioria tinha feito 57 h na última semana²⁶.

Nas alterações físicas, destacaram-se os estudos sobre os Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho (DORT) investigados entre cirurgiões-dentistas²⁷ e trabalhadores de enfermagem²⁸.

Patologias associadas com a intensidade do ritmo da atividade laborativa causam dor, perda de força e edema, interferindo na *performance* do trabalho. Entre suas origens existem atividades que requerem força excessiva com as mãos, posturas inadequadas de membros superiores, repetitividade do mesmo padrão de movimento, compressão das estruturas dos membros superiores e tempo insuficiente para a realização de determinadas tarefas. É esta a realidade do cirurgião dentista que trabalha utilizando membros superiores e estruturas adjacentes; estudo mostrou associação entre os dois sexos e DORT, sendo que as mulheres apresentavam mais lesões; ombro/braço, punho/mão e pescoço foram as regiões mais afetadas²⁷.

Profissionais de enfermagem foram estudados com o objetivo de investigar a exposição aos fatores de risco de DORT, evidenciando-se que estavam expostos a tais fatores; 37,21% apresentavam dois vínculos empregatícios e 16,28% três. Condições de trabalho inadequadas e múltiplos vínculos com longas jornadas contribuíram para o acometimento de DORT²⁸.

Outros problemas relacionados ao excesso de trabalho

Absenteísmo relacionado à doença: suas causas foram investigadas entre trabalhadores de enfermagem e os motivos estavam relacionados aos problemas osteomusculares e enfermidades do aparelho respiratório. Quanto ao acúmulo de vínculos, 43,4% trabalhavam exclusivamente em um local; os que mantinham duplo vínculo empregatício faltavam mais ao trabalho²⁹.

Acidentes de Trabalho: foram detectados entre condutores de ambulância, com carga horária excessiva e trabalho realizado além do prescrito. A maioria não possuía outra ocupação remunerada, mas os que realizavam outros trabalhos apresentavam aumento de cansaço³⁰.

Erros de Medicação: foram analisados em um hospital, entrevistando-se profissionais do sistema de medicação. Os erros mais encontrados estavam na prescrição de medicamentos; as falhas individuais foram consideradas as principais causas de sua ocorrência. Entre elas foram identificados falta de atenção e lapsos de memória, excesso de trabalho e falta de tempo³¹.

Condições de trabalho inadequadas/riscos ocupacionais/sobrecarga e exaustão: trajetórias de médicos do Programa Saúde da Família (PSF) foram analisadas. A maioria trabalhava em mais de um emprego e reportava-se à profissão com pessimismo, incertezas e desgaste pessoal e profissional³². Investigação com cirurgiões dentistas com atuação profissional no PSF identificou que o mercado de trabalho odontológico é competitivo, a exemplo de outras profissões¹⁸⁻²³ e ante a impossibilidade de atividade autônoma exclusiva, a alternativa era o trabalho assalariado em empresas e/ou planos de saúde odontológicos. Tal opção implica em sobrecarga e exploração, acúmulo de empregos e insegurança³³. Médicos descreveram suas condições de trabalho com elevada sobrecarga laboral, excesso de trabalho em regime de plantão, múltiplas inserções, contratação precária e baixa remuneração. Queixas de saúde mais frequentes estavam relacionadas à postura corporal e à saúde mental³⁴.

O cotidiano do trabalho de agentes comunitários de saúde foi estudado, constatando-se que, apesar de a visita domiciliar ser a sua principal atividade, esta não era realizada efetivamente, pois parte do seu tempo era dedicado às excessivas atividades administrativas³⁵. A qualidade de vida no trabalho de enfermeiras mostrou resultados positivos quanto à integração, relevância social e ao desenvolvimento das capacidades; pontos negativos relacionavam-se à compensação e às precárias condições laborais com a predominância de insatisfação; ausência de reconhecimento pelo trabalho e inexistência de plano de carreira³⁶. Estudo objetivou compreender como o corpo feminino percebe-se ao vivenciar a experiência do ser mulher, mãe e enfermeira com dois vínculos empregatícios. A exploração e alienação do corpo levavam as enfermeiras à exaustão; estavam sujeitas às condições laborais inadequadas provocativas de agravos, favorecendo as licenças à saúde³⁷, a exemplo das auxiliares de enfermagem²⁹. Má remuneração e dificuldades diárias induziam a busca por outro emprego que propiciasse melhor salário^{18,23,24,26}. Houve dificuldades para assumirem outras funções diante da sobrecarga e da exaustão a que estão submetidas³⁷.

Ausência de Lazer: a equipe de enfermagem de uma Unidade de Terapia Intensiva foi estudada objetivando verificar a representação do serviço e o significado desta unidade. A maioria gostava do seu trabalho embora fosse desgastante e estressante; havia necessidade de diminuição, em horas, da jornada laboral. O serviço exigia vocação/doação; a dura jornada foi questionada, ocorrendo tensão/estresse no local, revelando a importância de lazer no serviço³⁸. Levantou-se as atividades de lazer desenvolvidas por enfermeiros bem como sua periodicidade, durante os períodos de folga. Evidenciou-se que 36% apresentavam duplo/triplo vínculo laboral por dificuldades econômicas e diminuição no tempo disponível para entretenimento, dado aos gastos a que isso levaria³⁹.

CONCLUSÃO

O excesso de trabalho parece favorecer adoecimentos mentais e/ou físicos em trabalhadores relacionados à área da saúde ou a ela afeitos. Facilita ainda a ocorrência de absenteísmos, acidentes de trabalho, erros de medicação, exaustão e sobrecarga laboral e ausência de lazer.

Estudos mostraram a existência de trabalhadores estressados, apresentando cansaço/exaustão no desenvolvimento de seu trabalho, desapontados pelos ideais não alcançados, realizando mais que uma jornada laboral e/ou tendo mais que um vínculo empregatício para conseguir sobreviver. Ambientes inadequados, atividades mal organizadas, pouca valorização do trabalhador, participação insatisfatória nas decisões, demandas excessivas, baixos salários, realização de trabalho repetitivo, que favorece posturas incorretas, em situações laborais indesejáveis podem favorecer adoecimentos. Se houvesse condições laborais melhores e justa compensação salarial, não haveria necessidade de múltiplos vínculos empregatícios e consequente excesso de trabalho.

Este tema é importante e necessita ser mais aprofundado. Como a coleta de dados limitou-se à biblioteca *SciELO*, o estudo não obteve outros textos que poderiam informar sobre mais trabalhadores da área da saúde ou correlatos vivenciando as agruras relacionadas ao excesso de trabalho. Entretanto, espera-se que seja instigante para a realização de outras pesquisas, a fim de aumentar o conhecimento sobre tal problemática, comum no competitivo mundo do trabalho.

REFERÊNCIAS

1. Rhoads John M. Overwork. *JAMA*. 1977; 237:2615-8.
2. Folkard S, Lombardi DA. Modeling the impact of the components of long work hours on injuries and "accidents". *Am J Ind Med*. 2006; 49:953-63.
3. Bourdouxhe M, Toulouse G. Health and safety among film technicians working extended shifts. *J Hum Ergol*. 2001; 30:113-8.
4. Robazzi MLCC, Mauro MYC, Dalri RCMB, Silva LA, Secco IAO, Pedrão LJ. Exceso de trabajo y agravios mentales a los trabajadores de la salud. *Rev Cubana Enfermer*. [Scielo-Scientific Electronic Library Online] 2010 [citado em 18 maio 2012]. 26:52-64. Disponível em: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03192010000100009&lng=es.
5. Torres-Salinas D, Ruiz-Pérez R, Delgado-López-Cózar E. Google Scholar como herramienta para la evaluación científica. *El Profesional de la Información*. 2007 [citado em 10 abr 2012] 18:501-10. Disponível em: <http://elprofesionaldeinformacion.metapress.com/app/home/contribution.asp?referrer=parent&backto=issue,3,14;journal,3,69;homemainpublications,1,1>.
6. Landsbergis P. Long work hours, hypertension, and cardiovascular disease. *Cad Saúde Pública*. [Scielo-Scientific Electronic Library Online] 2004 [citado em 25 abr 2012]. 20:1746-8. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/csp/v20n6/35.pdf>.
7. Martins LMM, Bronzatti JAG, Vieira CSAC, Parra SHB, Silva YB. Agentes estressores no trabalho e sugestões para amenizá-los: opiniões de enfermeiros de pós-graduação. *Rev esc enferm USP*. [Scielo-Scientific Electronic Library Online] 2000 [citado em 25 abr 2012]. 34:52-8. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/reecusp/v34n1/v34n1a07.pdf>.
8. Malagris LEN, Fiorito ACC. Avaliação do nível de stress de técnicos da área de saúde. *Estud psicol*. [Scielo-Scientific Electronic Library Online] 2006 [citado em 25 abr 2012]. 23:391-8. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/estpsi/v23n4/v23n4a07.pdf>.
9. Pafaro RC, De Martino MMF. Estudo do estresse do enfermeiro com dupla jornada de trabalho em um hospital de oncologia pediátrica de Campinas. *Rev esc enferm USP*. [Scielo-Scientific Electronic Library Online] 2004 [citado em 02 mar 2012]. 38:152-60. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0080-62342004000200005&lng=en.
10. Souza WC, Silva AMM. A influência de fatores de personalidade e de organização do trabalho no burnout em profissionais de saúde. *Estud psicol*. [Scielo-Scientific Electronic Library Online] 2002 [citado em 02 mar 2012]. 19:37-48. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/estpsi/v19n1/a04.pdf>.
11. Garanhani ML, Martins JT, Robazzi MLCC, Gotelipe IC. O trabalho de enfermagem em unidade de terapia intensiva: significados para técnicos de enfermagem. *SMAD*. 2008 [citado em 17 maio 2012]. 4:78-83. Disponível em: <http://pepsic.bvs-psi.org.br/pdf/smad/v4n2/v4n2a07.pdf>.
12. Costa ALRC, Marziale MHP. Relação tempo-violência no trabalho de enfermagem em Emergência e Urgência. *Rev Bras Enferm*. [Scielo-Scientific Electronic Library Online] 2006 [citado em 02 mar 2012]. 59:337-43. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/reben/v59n3/a16v59n3.pdf>.
13. Santos JM, Oliveira EB, Moreira AC. Estresse, fator de risco para a saúde do enfermeiro em Centro de Terapia Intensiva. *Rev enferm UERJ*. 2006 [citado em 03 mar 2012]. 14:580-5. Disponível em: http://www.revenf.bvs.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-35522006000400014&lng=pt.
14. Montanholi LL, Tavares DMS, Oliveira GR. Estresse: fatores de risco no trabalho do enfermeiro hospitalar. *Rev Bras Enferm*. [Scielo-Scientific Electronic Library Online] 2006 [citado em 03 mar 2012]. 59:661-5. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/reben/v59n5/v59n5a13.pdf>.
15. Pafaro RC, De Martino MMF. Estudo do estresse do enfermeiro com dupla jornada de trabalho em um hospital de oncologia pediátrica de Campinas. *Rev esc enferm USP*. [Scielo-Scientific Electronic Library Online] 2004 [citado em 03 abr 2012]. 38:152-60. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/reecusp/v38n2/05.pdf>.
16. Stacciarini JMR, Troccoli BT. O estresse na atividade ocupacional do enfermeiro. *Rev Latino-Am Enfermagem*. [Scielo-Scientific Electronic Library Online] 2001 [citado em 10 mar 2012]. 9:17-25. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rlae/v9n2/11510.pdf>.
17. Farias SNP, Zeitoune RCG. Riscos no trabalho de enfermagem em um centro municipal de saúde. *Rev enferm UERJ*. 2005; 13:167-74. Disponível em: <http://www.facenf.uerj.br/v13n2/v13n2a04.pdf>.
18. Nogueira Martins LA, Jorge MR. Natureza e magnitude do

- estresse na Residência Médica. *Rev Assoc Med Bras.* [Scielo-Scientific Electronic Library Online] 1998 [citado em 10 fev 2012]. 44:28-34. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/ramb/v44n1/2005.pdf>.
19. Sanzovo CE, Coelho MEC. Estressores e estratégias de coping em uma amostra de psicólogos clínicos. *Estud psicol.* 2007 [citado em 10 fev 2012]. 24: 227-38. Disponível em: <http://pepsic.bvs-psi.org.br/pdf/epc/v24n2/v24n2a09.pdf>.
 20. Feliciano KVO, Kovacs MH, Sarinho SW. Sentimentos de profissionais dos serviços de pronto-socorro pediátrico: reflexões sobre o burnout. *Rev Bras Saude Mater Infant.* [Scielo-Scientific Electronic Library Online] 2005 [citado em 20 fev 2012]. 5:319-28. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbsmi/v5n3/a08v5n3.pdf>.
 21. Ramalho MAN, Nogueira Martins MCF. Vivências de profissionais de saúde da área de oncologia pediátrica. *Psicol estud.* [Scielo-Scientific Electronic Library Online] 2007 [citado em 03 mar 2012]. 12:123-32. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S141373722007000100015&lng=en&nrm=iso.
 22. Silva PC, Merlo ARC. Prazer e sofrimento de psicólogos no trabalho em empresas privadas. *Psicol cienc prof.* 2007 [citado em 20 mar 2012]. 27:132-47. Disponível em: http://pepsic.bvs-psi.org.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-98932007000100011&lng=es&nrm=
 23. Osorio C. Trabalho no hospital: ritmos frenéticos, rotinas entediantes. *Cad psicol soc trab.* 2006 [citado em 20 mar 2012]. 9:15-32. Disponível em: <http://www.revistasusp.sibi.usp.br/pdf/cpst/v9n1/v9n1a03.pdf>
 24. Oliveira LCB, Chaves-Maia EM. The psychic wellbeing of health personnel working in public hospitals. *Rev salud pública.* [Scielo-Scientific Electronic Library Online] 2008 [citado em 20 fev 2012]. 10:405-13. Disponível em: <http://www.scielosp.org/pdf/rsap/v10n3/v10n3a05.pdf>.
 25. Carvalho MB, Felli VEA. O trabalho de enfermagem psiquiátrica e os problemas de saúde dos trabalhadores. *Rev Latino-Am Enfermagem.* [Scielo-Scientific Electronic Library Online] 2006 [citado em 03 mar 2012]. 14:61-9. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rlae/v14n1/v14n1a09.pdf>.
 26. Santos LSC, Guirardello EB. Demandas de atenção do enfermeiro no ambiente de trabalho. *Rev Latino-Am Enfermagem.* [Scielo-Scientific Electronic Library Online] 2007 [citado em 20 fev 2012]. 5:27-33. Disponível em: http://www.scielo.br/pdf/rlae/v15n1/pt_v15n1a05.pdf.
 27. Regis Filho GI, Michels G, Sell I. Lesões por esforços repetitivos/distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho em cirurgiões-dentistas. *Rev bras epidemiol.* [Scielo-Scientific Electronic Library Online] 2006 [citado em 03 mar 2012]. 9:346-59. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbepid/v9n3/08.pdf>.
 28. Moreira AMR, Mendes R. Factores de riesgo de los disturbios óseos y musculares relacionados a la labor de enfermería. *Rev enferm UERJ.* 2005 [citado em 20 fev 2012]. 13:19-26. Disponível em: <http://www.facenf.uerj.br/v13n1/v13n1a03.pdf>.
 29. Costa FM, Vieira MA, Sena RR. Disease-related absenteeism among nursing team members in a teaching hospital. *Rev Bras Enferm.* [Scielo-Scientific Electronic Library Online] 2009 [citado em 03 mar 2012]. 62:38-44. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/reben/v62n1/06.pdf>.
 30. Takeda E, Robazzi MLCC. Occupational accidents among ambulance drivers in the emergency relief. *Rev Latino-Am Enfermagem.* [Scielo-Scientific Electronic Library Online] 2007 [citado em 03 mar 2012]. 15:439-45. Disponível em: http://www.scielo.br/pdf/rlae/v15n3/pt_v15n3a12.pdf.
 31. Silva AEBC, Cassiani SHB. Erros de medicação em hospital universitário: tipo, causas, sugestões e providências. *Rev bras enferm.* [Scielo-Scientific Electronic Library Online] 2004 [citado em 03 mar 2012]. 57:671-4. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/reben/v57n6/a07.pdf>.
 32. Meneses e Rocha AAR, Trad LAB. The professional trajectory of five physicians working in the family health program: the challenges of building a new practice. *Interface Comum Saúde Educ.* [Scielo-Scientific Electronic Library Online] 2005 [citado em 10 fev 2012]. 9:303-16. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/icse/v9n17/v9n17a07.pdf>.
 33. Chaves MC, Miranda AS. Discursos de cirurgiões-dentistas do Programa Saúde da Família: crise e mudança de hábitos na Saúde Pública. *Interface Comum Saúde Educ.* [Scielo-Scientific Electronic Library Online] 2008 [citado em 03 mar 2012]. 12:153-67. Disponível em: http://www.abrasco.org.br/cienciasaudecoletiva/artigos/artigo_int.php?id_artigo=4932.
 34. Nascimento Sobrinho CL, Carvalho FM, Bonfim TAS, Cirino CAS, Ferreira IS. Condições de trabalho e saúde dos médicos em Salvador, Brasil. *Rev Assoc Med Bras.* [Scielo-Scientific Electronic Library Online] 2006 [citado em 07 fev 2012]. 52:131-40. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/ramb/v52n2/a19v52n2.pdf>.
 35. Ferraz L, Aertz DR. O cotidiano de trabalho do agente comunitário de saúde no PSF em Porto Alegre. *Cien Saude Colet.* [Scielo-Scientific Electronic Library Online] 2005 [citado em 07 mar 2012]. 10:347-55. Disponível em: <http://www.scielosp.org/pdf/csc/v10n2/a12v10n2.pdf>.
 36. Pizzoli LML. Life quality at work: a study of case of the nurses of Heliópolis Hospital. *Cien Saude Colet.* [Scielo-Scientific Electronic Library Online] 2005 [citado em 07 fev 2012]. 10:1055-62. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/csc/v10n4/a28v10n4.pdf>.
 37. Albini L, Labronici LM. A exploração e alienação do corpo da enfermeira: um estudo fenomenológico. *Acta Paul Enferm.* [Scielo-Scientific Electronic Library Online] 2007 [citado em 10 fev 2012]. 20:299-304. Disponível em: http://www.scielo.br/pdf/ape/v20n3/pt_a09v20n3.pdf.
 38. Pereira MER, Bueno SMV. Lazer - um caminho para aliviar as tensões no ambiente de trabalho em UTI: uma concepção da equipe de enfermagem. *Rev Latino-Am Enfermagem.* [Scielo-Scientific Electronic Library Online] 1997 [citado em 07 fev 2012]. 5:75-83. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rlae/v5n4/v5n4a10.pdf>.
 39. Souza ABG, Miyadahira AMK. Forms of leisure used by nurses. *Rev esc enferm USP.* [Scielo-Scientific Electronic Library Online] 2000 [citado em 03 mar 2012]. 34:294-301. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/reecusp/v34n3/v34n3a11.pdf>.