

# QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO DOS PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM: O DESAFIO DO AUTOCUIDADO

*Thalita Fontoura Rodrigues<sup>1</sup>*

*Anna Waleska Nobre Cunha de Menezes<sup>2</sup>*

## RESUMO

Evidencia-se na literatura a qualidade de vida dos profissionais de saúde relacionada com o bem-estar e a satisfação do profissional em executar suas tarefas. Este estudo trata-se de uma pesquisa qualitativa, sendo um estudo exploratório por meio de revisão integrativa, iniciada no mês de agosto de 2016. Até junho de 2017 foram realizadas pesquisas nos artigos disponíveis integralmente nas bases de dados científicas em saúde: Biblioteca de pesquisa ProQuest, saúde e medicina, Scientific Electronic Library Online (SCIELO), Literatura internacional em ciência da saúde (LILACS). Detectou-se que influenciam na qualidade de vida dos enfermeiros focam-se os aspectos físicos, psíquicos e sociais, que esta alteração no padrão do sono, estar relacionada aos aspectos físicos e psíquicos. Diante desta pesquisa é visível que é extremamente necessário um novo olhar para o enfermeiro que pela sua responsabilidade profissional está sinalizando por atenção, acolhimento, respeito, diálogo, zelo, e que desejam ser também cuidados para que possam desenvolver seu trabalho de forma eficiente.

**Palavras-chaves:** Enfermagem. Trabalho. Vida. Bem-estar.

## QUALITY OF LIFE AT WORK OF NURSING PROFESSIONALS: THE CHALLENGE OF SELF-CARE

### ABSTRACT

To highlight in the literature the quality of life of health professionals related to well-being and the satisfaction of professionals in performing their tasks. This study is a qualitative study, being an exploratory study through an integrative review, started in August 2016. Until June 2017, research was carried out on articles available in the scientific databases on health: Library ProQuest, Health and Medicine, Scientific Electronic Library Online (SCIELO), International Literature on Health Science (LILACS). It was detected that influence on the quality of life of nurses focused on physical, psychic and social aspects, that this alteration in the sleep pattern, be related to physical and psychic aspects. It is clear from this research that a new look is urgently needed for nurses who, through their professional responsibility, are signaling care, hospitality, respect, dialogue, zeal, and who also want to be cared for so that they can carry out their work efficiently.

**Keywords:** Nursing. Work. Life. Well-being.

---

1 Enfermeira - Centro Universitário do Rio Grande do Norte. E-mail: <thalita0602@gmail.com> Endereço para acessar CV: <http://lattes.cnpq.br/4320029106582691>.

2 Docente do Centro Universitário do Rio Grande do Norte. E-mail: <annawalesinha@gmail.com> Endereço para acessar CV: <http://lattes.cnpq.br/9758999039290724>.

## 1 INTRODUÇÃO

O mundo contemporâneo capitalista e globalizado tem aumentado o ritmo de trabalho e exigência por maior qualidade na produção de bens e serviços prestados. Neste ambiente moderno, existem muitos fatores que afetam a qualidade de vida do homem entre eles: o meio físico, psíquico, as relações sociais e o próprio indivíduo no ambiente de trabalho.

Nesse sentido, a Organização Mundial da Saúde definiu qualidade de vida como “a percepção do indivíduo em relação a sua posição na vida no contexto sociocultural no qual ele vive e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações” (OMS, 2006).

No entanto, quanto à definição da qualidade de vida no trabalho (QVT), não há consenso, mas podemos entendê-la como um programa que visa facilitar e satisfazer as necessidades do trabalhador ao desenvolver suas atividades na organização, tendo como ideia básica o fato de que as pessoas são mais produtivas quanto mais estiverem satisfeitas e envolvidas com o próprio trabalho. A QVT está relacionada com o bem-estar e a satisfação do profissional em executar suas tarefas. (AMARAL, RIBEIRO, PAIXÃO, 2015)

Os profissionais de enfermagem atuam em condições que há muito tempo têm sido consideradas inadequadas devido ao ambiente estressante e atividades insalubres por eles executadas. Sobre isso ressalta-se que dentre os fatores considera-se que os trabalhadores da Enfermagem estão expostos à riscos em sua rotina de trabalho que muitas vezes podem chegar a levar a danos, agravos e a acidentes. (LEITE; SILVA; MERIGHI, 2007 *apud* EITE, P.C; SILVA; MERIGHI, 2007)

O desgaste físico e emocional, a baixa remuneração e o desprestígio social são fatores associados às condições de trabalho do enfermeiro, que vem refletindo negativamente na qualidade da assistência prestada ao paciente, levando ao abandono da profissão e conseqüentemente à falta de profissionais no mercado de trabalho.

As conseqüências da realização do trabalho na saúde do trabalhador manifestam-se como alterações do equilíbrio biológico, dos hábitos alimentares e do sono, na perda de atenção, na acumulação de erros, estado de animo e na vida familiar e social.

No tocante ao aumento do adoecimento dos trabalhadores, a Lei Federal 8.080/90 que cria SUS, dispõe sobre as condições de saúde e funcionamento dos serviços, abordando a Saúde do Trabalhador e suas competências, destacando as atividades que se destinam, por meio de ações de vigilância epidemiológica e sanitária. Valoriza também à promoção da saúde dos trabalhadores, bem como às medidas de recuperação e reabilitação dos indivíduos que estão expostos às cargas e agravos provenientes das condições do labor.

Neste contexto, a QVT torna-se um fator de promoção à saúde do trabalhador, evitando adoecer pelas condições e ambientes desfavoráveis para desenvolver as suas atribuições que podem ser causados por fatores químicos, físicos, mecânicos, biológicos, ergonômicos e psicossociais e que podem causar doenças ocupacionais e acidentes de trabalho.

Assim sendo, é fundamental que os profissionais da área de saúde incentivem e busquem soluções viáveis para a implementação de ações de promoção da saúde e da adoção de medidas preventivas de doenças. Temos consciência de que somos pessoas e que temos famílias, sentimentos, e dificuldade, e que precisamos aprender a cuidar de nós mesmos.

Cuidar de si, da nossa dor, do nosso fracasso, do medo, da raiva, da inveja, da humilhação, do sentimento de impotência perante determinada situação, cuidar de tudo que abate e deprime. Cuidar daquilo que nos faz mal possibilita conhecer tudo aquilo que nos prejudica.

Considerando que a qualidade de vida dos profissionais de enfermagem reflete na qualidade da assistência prestada pela enfermagem e sua clientela é que este estudo pretende conhecer os principais fatores apontados na literatura recente que afetam a qualidade de vida no trabalho de enfermeiros hospitalares.

Assim, vê-se que as condições de trabalho compõem uma importante categoria para avaliação da QVT e de que maneira elas estão inter-relacionadas. Desse modo o quadro a seguir demonstra o que é necessário a uma QVT necessária ao profissional Enfermeiro á no ano de 1999.

**Quadro 1-** Modelo de QVT de Walton -

<b>Dimensões</b>	<b>Características</b>
Compensação justa e adequada:	Remuneração do trabalho adequada
Condições de segurança e saúde no trabalho	Jornada de trabalho e ambiente físico adequados.
Utilização e desenvolvimento de capacidades	Desenvolver a autonomia, autocontrole e obter informações sobre o processo total do trabalho.
Oportunidades de crescimento contínuo e segurança	Desenvolvimento pessoal e segurança no emprego de forma duradoura
Integração social na organização.	
Constitucionalismo	Estabelecimento de normas e regras da organização, além de direitos e deveres do trabalhador.
Trabalho e espaço total de vida	O trabalho não deve absorver todo o tempo e energia do trabalhador.
Relevância social da vida no trabalho	O trabalho como uma atividade social que traga orgulho para a pessoa participar da organização.”

**Fonte:** Chiavenato (1999, p.393)

## 2 REVISÃO DE LITERATURA

A QVT é um assunto relevante no mundo moderno por ser o produto da interação entre as expectativas e realizações de uma pessoa, podendo somente ser descrita e medida em termos individuais, portanto numa análise subjetiva.

Souza e Guimarães (1999) relatam que cientistas sociais, filósofos e políticos foram aqueles que primeiro compartilharam e se interessaram por conceitos como “padrão de vida” e “qualidade de vida”.

Desde sua origem até os dias atuais o conceito de Qualidade de Vida e Qualidade de Vida no Trabalho foram se diferenciando e exigindo esforços no sentido de se aprofundar na literatura científica para compreendê-los, mas entrelaçam-se e revelam grande preocupação com relação ao equilíbrio, satisfação pessoal e profissional, além de bem-estar.

Rosa (1998) *apud* Limongi-França (2008, p. 42) define QVT como sendo uma busca de melhoria do trabalho não apenas incorporando novas

tecnologias, mas também dando importância ao potencial humano, individual e em equipe; neste contexto empresarial a QVT se insere numa contínua qualidade do trabalho organizacional da empresa.

De Marchi (1998 *apud* LIMONGI-FRANÇA, 2008, p. 43), um dos fundadores e ex-presidente da Associação Brasileira de Qualidade de Vida, também define QVT:

Qualidade de Vida é estar saudável, desde a saúde física, cultural, espiritual até a saúde profissional, intelectual e social. Cada vez mais as empresas que desejarem estar entre as melhores do mercado deverão investir nas pessoas. Portanto, Qualidade de Vida é um fator de excelência pessoal e organizacional. (MARCHI, 1998 *apud* LIMONGI-FRANÇA, 2008, p. 43)

Finalmente, a Organização Mundial de Saúde (OMS) define a Qualidade de Vida como: "(...) a percepção do indivíduo de sua posição na vida no contexto da cultura e sistemas de valores nos quais ele vive e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações". (OMS, *apud* FLECK, 1996, p. 64). Percepção é algo subjetivo e enquanto deixam expectativa, é dinâmica e social.

De modo mais específico, para a análise do ambiente de trabalho, aonde os profissionais passam a maior parte do seu dia, existe o conceito de qualidade de vida no trabalho (QVT), o qual Chiavenato (1999, p. 391) define "em que graus os membros da organização são capazes de satisfazer suas necessidades pessoais através do seu trabalho". Ou seja, o trabalho tem que ser um meio de satisfação, porém são as organizações que gerem suas condições são responsáveis por boa parte desta satisfação.

### 3 MÉTODOS

Este estudo foi baseado em uma pesquisa qualitativa, sendo um estudo exploratório por meio de revisão integrativa, iniciada no mês de agosto de 2016. Até junho de 2017 foram realizadas pesquisas nos artigos disponíveis integralmente nas bases de dados científicas em saúde: Biblioteca de pesquisa ProQuest, saúde e medicina, Scientific Electronic Library Online (SCIELO), Literatura internacional em ciência da saúde (LILACS).

Os descritores utilizados foram da bvs e se adotou os termos: “Qualidade de vida” and “trabalho” and “enfermagem”. Os critérios de inclusão foram: artigos em português, publicados a partir do ano de 2006. O critério de exclusão foi retirar artigos que não se referiam ao trabalho da enfermagem.

#### 4 RESULTADOS E DISCURSÃO

Mediante a pesquisa foram encontrados os seguintes materiais para análise:

**Tabela 1** - Resultados da coleta de dados

BASE DE DADOS	TOTAL DE ARTIGOS	ARTIGOS POR ANALISE
ProQuest	07	02
Scielo	11	07
Lilacs	23	03
Total	41	12

**Fonte:** Das autoras (2017)

Após a seleção dos artigos, tem-se os seguintes resultados:

**Quadro 2** - Artigos analisados

AUTOR	TÍTULO	PERIÓDICO	ANO
SANTOS, TAHARA.	Organização do trabalho da enfermeira: uma dimensão vinculada ao sofrimento	Revista Baiana de Enfermagem	2009
EZAIAS, <i>et al.</i>	Síndrome de burnout em trabalhadores de saúde em um hospital de media complexidade	Rev. enferm. UERJ	2010
SCHMOELLER, <i>et al.</i>	Cargas de trabalho e condições de trabalho da enfermagem: revisão integrativa	Revista Gaúcha Enfermagem	2011
SILVA, <i>et al.</i>	Trabalho noturno e a repercussão na saúde dos enfermeiros	Escola Anna Nery	2011
PEREIRA, TEXEIRA, SANTOS.	Qualidade de vida: abordagens, conceitos e avaliação	Rev. bras. Educ. Fís. Esporte	2012
REZENDE, MOREIRA, OLECI.	Síndrome de Burnout e absentismo em enfermeiros no contexto hospitalar: revisão integrativa da literatura brasileira	Com. Ciências Saúde	2012
KESSLERB, KRUG.	Do prazer ao sofrimento no trabalho da enfermagem: o discurso dos trabalhadores	Rev. Gaúcha Enfermagem	2012

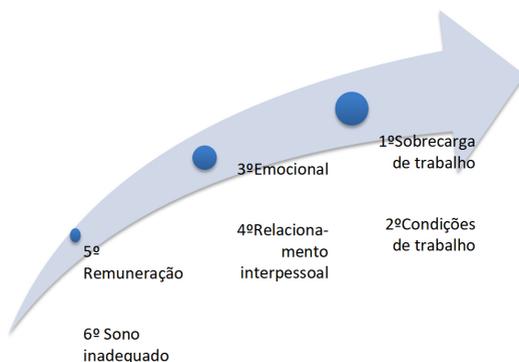
SCHMIDT, DANTAS.	Qualidade de Vida no Trabalho e Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho entre profissionais de enfermagem	Acta Paul Enferm	2012
SOUZA, <i>et al.</i>	Influência do turno de trabalho e cronotipo na qualidade de vida dos trabalhadores de enfermagem	Rev Gaúcha Enferm.	2012
VALENÇA, <i>et al.</i>	A produção científica sobre a saúde do trabalhador de enfermagem	R. pesq.: cuid. fundam. online	2013
OLIVEIRA, <i>et al.</i>	Estresse ocupacional e consumo de ansiolíticos por trabalhadores de enfermagem	Rev. enferm UERJ	2014
HIPÓLITO, <i>et al.</i>	Qualidade de vida no trabalho: avaliação de estudos de intervenção	Rev. Bras. Enferm	2015

**Fonte:** Elaborado pelas autoras para o artigo (2017).

Os estudos mostram situações específicas tais como: problemas de organizacionais, condições ocupacionais inadequadas e atribuições do enfermeiro que exigem diversas competências dos profissionais da equipe, ambiguidade e conflito de funções, dupla jornada de trabalho, pressões exercidas pelos superiores de acordo com a percepção do indivíduo e alterações sofridas dentro do contexto de sua atividade.

No mundo globalizado, a Enfermagem tem se deparado com um grande desafio: acompanhar com presteza e espírito inovador a evolução contínua da tecnologia e, ao mesmo tempo, saber ouvir os sofrimentos, angústias e frustrações das pessoas que estão sob seus cuidados.

**Figura 1-** Fatores que influenciam a QV/QVT dos profissionais de enfermagem



**Fonte:** Elaborado pelas autoras para o artigo, a partir dos dados da pesquisa (2017)

Os profissionais de enfermagem possuem um grau de comprometimento devido a sobrecarga de trabalho, ao estresse, as condições de trabalho, que envolvem atividades desgastantes e estressantes. Essas atividades exigem grandes habilidades, devido há permanente cobrança de responsabilidade.

A insatisfação com a remuneração, devido aos baixos salários. Os trabalhadores de enfermagem são obrigados a optar por mais de um emprego levando assim a maior parte do tempo de suas vidas trabalhando.

Isso influencia na qualidade de vida dos enfermeiros pela existência de fatores como: aspectos físicos, psíquicos e sociais, que alteram o padrão do sono e estão relacionados com os aspectos: físicos e psíquicos.

## 5 CONCLUSÃO

Apesar de não existir um consenso sobre o que seja qualidade de vida, a OMS traz um conceito dinâmico, com mais de um significado, que nos direciona ao alcance de um a melhor qualidade de vida com condutas de promoção e proteção à saúde. Além dos riscos de doenças e acidente que estão expostos, o sofrimento psíquico é também bastante comum, consequências da pressão social e psicológica as quais estão expostos.

Conforme os artigos analisados foi observado que os fatores mais comprometedores da QVT dos enfermeiros são respectivamente: sobrecarga de trabalho, condições de trabalho, emocional, Relacionamento interpessoal, Remuneração e Sono inadequado. Estes fatores estão ligados às dimensões do modelo de QVT de Walton: Compensação justa e adequada; Condições de segurança e saúde no trabalho; Utilização e desenvolvimento de capacidade; Oportunidades de crescimento contínuo e segurança; Integração social na organização; Constitucionalismo; Trabalho e espaço total de vida; Relevância social da vida no trabalho.

Assim, sugere-se que o fazer profissional seja reavaliado, e que o Conselho Federal de Enfermagem (COFEN) lute para melhorar a legislação profissional principalmente nos seguintes aspectos: capacidade para o trabalho e prevenção de doenças, atividade física e avaliação das demandas psicológicas do trabalhador da enfermagem (principalmente: sono, relacionamento interpessoal e estresse). Estes profissionais precisam aprender

a se cuidar, evitar ou reduzir os danos desta ocupação, para assim poder prestar um cuidado mais adequado aos pacientes.

Além disso, é necessário um novo olhar para o enfermeiro, que está sinalizando e pedindo ajuda. Estes anseiam por atenção, acolhimento, respeito, diálogo, zelo e desejam ser cuidados para poder desenvolver seu trabalho e sentir sua vida em plenitude.

## 6 REFERÊNCIAS

AMARAL, J.F. do; RIBEIRO, J.P.; PAIXÃO, D. X. da. Qualidade de vida no trabalho dos profissionais de enfermagem em ambiente hospitalar: uma revisão integrativa. **Espaço para a Saúde-Revista de Saúde Pública do Paraná**, v. 16, n. 1, p. 66-74, 2015.

BRASIL. Lei n 6.514/77. **Consolidação das Leis do Trabalho [CLT]**, 1977.

CHIAVENATO, I. **Gestão de Pessoas: o novo papel dos recursos humanos nas organizações**. Rio de Janeiro: Campus, 1999.

EZAIAS, G.M.; *et al.* Síndrome de Burnout em trabalhadores de saúde em um hospital de média complexidade. **Rev. enferm. UERJ**, v. 18, n. 4, p. 524-9, 2010.

INOUE, K. C.; *et al.* Qualidade de vida e no trabalho de Enfermagem: revisão integrativa da literatura. **UNINGÁ Review**, v. 16, n. 1, p. 12-7, 2013.

RIBEIRO, R.P.; *et al.* O adoecer pelo trabalho na enfermagem: uma revisão integrativa. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 46, n. 2, p. 495-504, 2012.

NEVES, M.J.A. de O.; *et al.* Influência do trabalho noturno na qualidade de vida do enfermeiro. **Rev. enferm. UERJ**, v. 18, n. 1, p. 42-47, 2010.

KESSLER, A.; KRUG, S.B.F. Do prazer ao sofrimento no trabalho da enfermagem: o discurso dos trabalhadores. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, v. 33, n. 1, p. 49-55, 2012.

SOUZA, S.B.C. de; *et al.* Influência do turno de trabalho e cronotipo na qualidade de vida dos trabalhadores de enfermagem. **Revista gaúcha de enfermagem**. Porto Alegre. Vol. 33, n. 4 (2012), p. 79-85, 2012.

SCHMIDT, D.R.C.; *et al.* Qualidade de vida no trabalho e distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho entre profissionais de enfermagem. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 25, n. 5, p. 701-707, 2012.

SCHMIDT, D.R.C.; DANTAS, R.A.S.; MARZIALE, M.H.P. Qualidade de vida no trabalho: avaliação da produção científica na enfermagem brasileira. **Acta Paul Enferm**, v. 21, n. 2, p. 330-7, 2008

SANTOS, C. M.F. dos; TAHARA, Â.T.S. **Organização do trabalho da enfermeira**: uma dimensão vinculada ao sofrimento. 2008.

SILVA, R. M. da; *et al.* Trabalho noturno e a repercussão na saúde dos enfermeiros. **Escola Anna Nery**, 2011.

OLIVEIRA, E.B. de; *et al.* Estresse ocupacional e consumo de ansiolíticos por trabalhadores de enfermagem. **Revista Enfermagem UERJ**, v. 22, n. 5, p. 615-621, 2015.

PEREIRA, É.F.; TEIXEIRA, C.S.; SANTOS, A. dos. Qualidade de vida: abordagens, conceitos e avaliação. **Revista brasileira de Educação Física e Esporte**, v. 26, n. 2, p. 241-250, 2012.

SCHMOELLER, R.; *et al.* Cargas de trabalho e condições de trabalho da enfermagem: revisão integrativa. **Rev. Gaúcha Enferm.** 2011.

SANTOS, C. M. F. dos; TAHARA, Â.T.S. **Organização do trabalho da enfermeira**: uma dimensão vinculada ao sofrimento. 2008.