



25º Congresso de Stress da ISMA-BR
(International Stress Management Association)

27º Fórum Internacional de Qualidade
de Vida no Trabalho

17º Encontro Nacional de Qualidade
de Vida na Segurança Pública

17º Encontro Nacional de Qualidade
de Vida no Serviço Público



DESAFIOS DA JORNADA DE TRABALHO NOTURNO PARA OS PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM

Graziela Lenz Viegas¹

Juliana da Silva Lima²

Juliana Petri Tavares³

Universidade Federal do Rio Grande do Sul- UFRGS

Hospital de Clinicas de Porto Alegre- HCPA/UFRGS

Introdução: O turno da noite possibilita ao trabalhador melhorar seus rendimentos através dos adicionais na remuneração, bem como maior tempo livre durante o dia para realizar outras atividades, além da possibilidade de intercalar com um segundo emprego¹.

Método: Trata-se de um relato de experiência de enfermeiros, de noites diferentes, integrantes de uma unidade de internação cirúrgica, de um hospital do Sul do Brasil, sendo realizado no primeiro trimestre do ano de 2025.

Objetivo: Relatar a experiência dos enfermeiros e os desafios da jornada de trabalho noturno e as consequências na qualidade de vida.

Relato de experiência: O plantão noturno inicia-se com muitas atividades a serem executadas, como os preparos cirúrgicos para o próximo dia, recebimento e distribuição de medicamentos controlados, finalização das atividades do dia e retornos de pacientes que foram para cirurgia, os quais muitas vezes retornam para o quarto à noite. Além disso, é necessário agilizar as visitas, para não prejudicar o sono dos pacientes. Esse movimento mais intenso do início do plantão, segue ao longo da noite, fazendo com que o enfermeiro diminua seu ritmo apenas na madrugada, onde acaba lidando com atividades burocráticas, organizando o trabalho para o dia seguinte. As intercorrências com os pacientes são frequentes, e um dos desafios encontrados é a equipe médica reduzida, onde poucos médicos ficam responsáveis por intercorrências noturnas, de várias unidades. O intervalo noturno, estabelecido em 1 hora e 15 minutos na instituição, é um recurso legal que propicia o descanso dos colaboradores, mas não é suficiente para evitar as consequências da privação do sono. A escolha do turno da noite para as atividades laborais, embora muitas vezes por opção do próprio trabalhador, tem como, a privação do sono, a qual é identificada como o efeito direto prejudicial do trabalho noturno, em média 60% a 70% da equipe de enfermagem, queixa-se de distúrbios do sono, contribuindo para a redução da condição de alerta, sono não restaurador, aumento da sonolência e insônia diurna, piorando a qualidade do sono, posto que, existem consequências na qualidade e saúde do trabalhador², perceptíveis ao longo dos anos.

Considerações Finais: Os profissionais da enfermagem da noite, por vezes fazem escolhas levando em consideração questões financeiras, em detrimento à sua saúde. Assim, ambientes de repouso de qualidade, promovem o descanso adequado, afim de proporcionar a execução de um trabalho seguro e de qualidade, favorecendo a segurança do paciente e do profissional.

Palavras-chaves: Enfermagem, trabalho noturno, qualidade de vida

Referências Bibliográficas:

- SILVA, A. P.; CARVALHO, E.S.; CARDIM, A. Trabalho Noturno na Vida dos Enfermeiros. Revista Enfermagem Contemporânea. 2017 Outubrol;6(2):177-185.
- CUNHA, A; FERREIRA, R; LOPES, G. Os impactos da alteração do sono e repouso em trabalhadores do turno noturno sob a ótica da enfermagem do trabalho. Revista Contemporânea, v. 3, n. 11, 2023.

1. Doutoranda em Enfermagem (PPGENF/UFRGS), Mestre em Ensino na Saúde (PPGENSAU/ UFRGS) e Enfermeira (HCPA/UFRGS);
2. Mestre em Enfermagem (PPGENF/UFRGS) e Enfermeira (HCPA/UFRGS);
3. Docente em Enfermagem (PPGENF/ UFRGS), Doutora em Enfermagem (PPGENF/ UFRGS).