

Riscos ergonômicos do ambiente de trabalho do enfermeiro na atenção básica e no pronto atendimento

Ergonomic risks of the nurse's work environment in primary care and prompt service

Riesgos ergonómicos del entorno laboral de la enfermera en atención primaria y servicio rápido

Dias, Ernandes Gonçalves¹; Souza, Sheila Patrícia Dias²; Gomes, Josicleia Pereira³; Caldeira, Maiza Barbosa⁴; Teixeira, Jeisabelly Adrienne Lima⁵

Como citar este artigo: Dias EG, Souza SPD, Gomes JP, Caldeira MB, Teixeira JAL. Riscos ergonômicos do ambiente de trabalho do enfermeiro na atenção básica e no pronto atendimento. J. nurs. health. 2020;10(2): e20102004

RESUMO

Objetivo: investigar os riscos ergonômicos existentes no ambiente de trabalho do enfermeiro da Atenção Básica e Pronto Atendimento da cidade de Mato Verde, Minas Gerais, na perspectiva do trabalhador. **Método:** trata-se de um estudo descritivo, exploratório e qualitativo realizado com seis enfermeiros. Os dados foram coletados no mês de agosto de 2019 por meio de uma entrevista semiestruturada e tratados por análise de conteúdo. **Resultados:** indicam que os enfermeiros, por vezes, negligenciam riscos ergonômicos percebidos no ambiente de trabalho o que colabora para manifestação de danos físicos e psíquicos como dor lombar e insônia. **Conclusões:** diante dos riscos ergonômicos existentes nos espaços de trabalho é importante pensar em estratégias que minimizem ou eliminem os riscos e os fatores desencadeadores de modo que a promoção de um ambiente de trabalho saudável e seguro se torne uma cultura nas organizações de saúde.

Descritores: Riscos ocupacionais; Ergonomia; Ambiente de trabalho; Atenção primária à saúde; Enfermeiras e enfermeiros

ABSTRACT

Objective: to investigate the ergonomic risks existing in the work environment of nurses in Primary Care and Emergency Care in the city of Mato Verde, Minas Gerais, from the perspective of the worker. **Method:** this is a descriptive, exploratory and qualitative study carried out with six nurses. Data were collected in August 2019 through a semi-structured interview and treated by content analysis. **Results:** they indicate that nurses sometimes neglect perceived ergonomic risks in the work

1 Enfermeiro. Mestre em Ciências. Prefeitura de Monte Azul (MG). Faculdade Verde Norte (FAVENORTE). Minas Gerais (MG), Brasil. E-mail: ernandesgdias@yahoo.com.br <http://orcid.org/0000-0003-4126-9383>

2 Discente do curso de Enfermagem. Faculdade Verde Norte (FAVENORTE). Minas Gerais (MG), Brasil. E-mail: sheila.dias1993@gmail.com <http://orcid.org/0000-0002-4950-9444>

3 Discente do curso de Enfermagem. Faculdade Verde Norte (FAVENORTE). Minas Gerais (MG), Brasil. E-mail: Kleiaretiro15@gmail.com <http://orcid.org/0000-0002-4539-0829>

4 Enfermeira. Especialista em Docência na Saúde. Faculdade Verde Norte (FAVENORTE). Minas Gerais (MG), Brasil. E-mail: maizacaldeira@yahoo.com.br <http://orcid.org/0000-0001-5444-6372>

5 Graduada em Farmácia e em Química. Especialista em Farmácia Hospitalar. Faculdade Verde Norte (FAVENORTE). Minas Gerais (MG), Brasil. E-mail: jeisabellyadrienne@gmail.com <http://orcid.org/0000-0002-9649-9162>

environment, which contributes to the manifestation of physical and psychological damage such as low back pain and insomnia. **Conclusions:** in view of the ergonomic risks that exist in the workspaces, it is important to think of strategies that minimize or eliminate the risks and the triggering factors so that the promotion of a healthy and safe work environment becomes a culture in health organizations.

Descriptors: Occupational risks; Ergonomics; Working environment; Primary health care; Nurses

RESUMEN

Objetivo: investigar los riesgos ergonómicos existentes en el entorno laboral de las enfermeras en Atención Primaria y Atención de Emergencia en la ciudad de Mato Verde, Minas Gerais, desde la perspectiva del trabajador. **Método:** estudio descriptivo, exploratorio y cualitativo realizado con seis enfermeras. Los datos se recopilaron en agosto de 2019 a través de una entrevista semiestructurada y tratados por análisis de contenido. **Resultados:** indican que las enfermeras a veces descuidan los riesgos ergonómicos percibidos en el entorno laboral, lo que contribuye a la manifestación de daños físicos y psicológicos como el dolor lumbar y el insomnio. **Conclusiones:** en vista de los riesgos ergonómicos que existen en los espacios de trabajo, es importante pensar en estrategias que minimicen o eliminen los riesgos y los factores desencadenantes para que la promoción de un entorno laboral saludable y seguro se convierta en una cultura en las organizaciones de salud.

Descriptores: Riesgos laborales; Ergonomía; Ambiente de trabajo; Atención primaria de salud; Enfermeras y enfermeros

INTRODUÇÃO

Ao realizar tarefas em um ambiente de trabalho o trabalhador está exposto a vários riscos, dentre eles o risco ergonômico, que afeta sua saúde física e psicológica,¹ além de prejudicar também a imagem da empresa.²

Ambientes de trabalho que apresentam espaços reduzidos que impossibilitam a movimentação e expõe o trabalhador a posturas inadequadas, calor e umidade, iluminação deficiente, movimentos repetitivos são considerados anti-ergonômicos,³ assim como os aspectos psicossociais no ambiente laboral que contribuem para a perda da qualidade de vida dos trabalhadores e causa sofrimento e incapacidade à saúde dos mesmos.⁴

Nesse sentido, a ergonomia trabalha com a prevenção, a fim de minimizar os riscos nas atividades

laborais para manter a integridade física e mental dos trabalhadores, de modo que contribua para uma melhor produtividade e diminua os danos e afastamentos.⁵ A ergonomia tem um olhar voltado para a humanização do trabalho, a satisfação e um melhor desempenho entre os trabalhadores.⁶

O enfermeiro em seu ambiente de trabalho tem como função realizar ações de saúde para seu público.⁷ Este profissional atua, entre outros campos, na Atenção Básica e mantém vínculo com os usuários marcado pelo respeito, diálogo, acolhimento e escuta qualificada.⁸

Por outro lado, as Unidades de Pronto Atendimento funcionam 24 horas por dia, todos os dias da semana em estruturas para atendimento intermediário entre a Atenção Básica e as unidades hospitalares, têm a função

de acolher os pacientes em estado de urgência ou emergência.⁹

Nos diferentes espaços onde os enfermeiros desenvolvem suas atividades, existem riscos ergonômicos.¹⁰ Ao trabalhar em um ambiente em condições inadequadas há sofrimento e desvalorização do trabalho, esses fatores colaboram para provocar desgaste físico e emocional no profissional.¹¹ Decorrente disso, é comum trabalhadores de enfermagem serem afastados do trabalho por licenças médicas relacionadas à condições anti-ergonômicas do trabalho.¹²

Contudo, o risco ergonômico parece subestimado desde a formação do enfermeiro ou não compreendido pelo profissional, visto a preocupação maior centrar em prevenção do risco biológico, por exemplo. Diante essas considerações este estudo objetivou investigar os riscos ergonômicos existentes no ambiente de trabalho do enfermeiro da Atenção Básica e Pronto Atendimento da cidade de Mato Verde, Minas Gerais, na perspectiva do trabalhador.

MÉTODO

Trata-se de um estudo descritivo, exploratório e qualitativo, realizado com seis enfermeiros; três atuantes em Unidades de Saúde da Família da Atenção Básica e três no Pronto Atendimento, ambulatório, do município de Mato Verde, Minas Gerais.

Foram considerados elegíveis para participar da pesquisa os cinco Enfermeiros atuantes na Atenção Básica e os quatro do Pronto

Atendimento em exercício há no mínimo seis meses no local de trabalho até o momento da coleta de dados, inscritos no Conselho Regional de Enfermagem de Minas Gerais e com plena capacidade cognitiva para responder à entrevista. Entretanto, dois enfermeiros atuantes na Atenção Básica e um do Pronto Atendimento optaram por não participar da pesquisa.

Os procedimentos metodológicos obedeceram à Resolução 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde; o projeto de pesquisa foi avaliado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Estadual de Montes Claros sob o Parecer Consubstanciado n. 3.453.325. Todos os enfermeiros assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido para manifestar sua participação no estudo.

Os dados foram coletados no mês de agosto de 2019 por meio de entrevista semiestruturada. As entrevistas foram aplicadas individualmente ao profissional em dia e horário pré-agendado, conforme sua disponibilidade, realizada no local de trabalho em sala previamente reservada para esta finalidade. Foram gravadas por um aplicativo de voz, e posteriormente, transcritas na íntegra, categorizadas e analisadas mediante a Análise do Conteúdo de Bardin.¹³

O roteiro de entrevista abrangeu questões que identificaram as características anti-ergonômicas nos ambientes e processo de trabalho do enfermeiro e os danos ergonômicos na saúde do profissional e teve como questões disparadoras: quais rotinas ou condições de trabalho caracterizam risco ergonômico? Quais danos ou

repercussões os riscos ergonômicos provocaram em sua saúde/vida? Quais medidas são adotadas para amenizar o impacto das condições de ergonomia do trabalho em sua saúde/vida? O tempo médio de duração das entrevistas foi de 16 minutos.

Para resguardar a identidade dos entrevistados, seus nomes foram substituídos pela palavra “Enfermeiro”, acompanhada da sigla AB ou PA para indicar o local de trabalho do profissional na Atenção Básica ou Pronto Atendimento, respectivamente, e número de ordem da realização da entrevista, sendo: *Enfermeiro 1*, *Enfermeiro 2* e assim sucessivamente até nomear a apresentação de cada informante.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Participaram do estudo um profissional do sexo masculino e cinco do sexo feminino com idades entre 33 e 36 anos, ambos residentes na cidade de Mato Verde.

A carga horária de trabalho dos enfermeiros da Estratégia Saúde da Família (ESF) é de 40 horas semanais, no Pronto Atendimento o regime de trabalho é de plantões de 24 horas, ambos em situação ocupacional de contrato de trabalho para prestação de serviço. Entre os participantes quatro possuem outras ocupações como docência e estética. O tempo de serviço na Instituição em investigação variou de oito meses a sete anos.

Condições ergonômicas no trabalho e a percepção de risco

Os enfermeiros trazem em suas falas as rotinas de trabalho, onde se

pode perceber relato de atividades que podem representar riscos ergonômicos à saúde, como as multitarefas, eventos repetitivos, diferentes exigências físicas e intelectuais dentre outros aspectos.

[...] faço avaliação dos meus pacientes em observação, triagem de Manchester, realização de eletrocardiograma, conferência da sala de estabilização, reposição de medicamentos no posto de enfermagem, transferência de pacientes para outras cidades [...]. (Enfermeiro-PA 2)

[...] eu entro seis da manhã e saio as onze, a gente só levanta vai lá fora para chamar o paciente, volta e senta, tem até essa repetição de levanta e senta. Fica muito tempo sentada ou em pé [...]. (Enfermeiro-PA 4)

[...] começo acolhendo os meus pacientes, depois eu faço triagem, ajudo o técnico em serviços mais pesados como segurar uma criança para vacinar, ajudo pegar um paciente de cadeira de rodas pra colocar na maca, faço os curativos se o técnico estiver ocupado, olho os e-mails e verifico nos grupos de WhatsApp de serviço se tem alguma mensagem, verifico com os ACS [Agente Comunitário de Saúde] se existe alguma demanda urgente, executo ações como palestras entre outros. (Enfermeiro-AB 5)

O acúmulo de funções na enfermagem em função do

quantitativo de profissionais inferior ao desejável e o uso de equipamentos inadequados reflete na saúde física e mental do trabalhador.¹⁴ O próprio ambiente de trabalho do enfermeiro se torna desgastante devido a fatores como longas jornadas de trabalho, cobranças dos pacientes e dos administradores, acúmulo de funções, procedimentos repetitivos, exigência física e falta de motivação.¹⁵

Durante a realização das atividades diárias do enfermeiro é possível identificar alguns riscos ergonômicos, alguns oriundos da forma incorreta da interação do trabalhador com o ambiente de trabalho e outros derivados da falta de tempo ou até mesmo da falta de atenção por parte dos enfermeiros de forma que na correria do dia a dia negligenciam os riscos ergonômicos.

[...] a gente que trabalha na área da saúde tem vários riscos ergonômicos, abaixar de forma errada para poder fazer um curativo, fica muito tempo na frente do computador, toda hora levanta para olhar o paciente, pega peso, então isso aí é do dia a dia. (Enfermeiro-AB 1)

[...] muitas vezes para pegar um acesso venoso a gente faz um esforço, levantar paciente movimentar esse paciente, existe uma força a mais, uma exigência a mais do nosso corpo né. Obviamente sabemos que a forma de manusear, entraria como forma de prevenção, mas no dia a dia isso afeta um pouquinho pra gente aqui. (Enfermeiro-PA 6)

De modo geral os enfermeiros têm conhecimento sobre as questões ergonômicas, porém devido à falta de equipamentos e a demanda de tarefas acaba que esses riscos passam despercebidos no momento da realização das atividades.¹⁶

A percepção das condições e situações que configuram o risco ergonômico no ambiente de trabalho varia de acordo o ambiente onde o trabalhador está inserido.¹ Do ponto de vista ergonômico, os enfermeiros do Pronto Atendimento têm como dificuldade as jornadas de trabalho, carga horária, trabalhos noturnos e o estresse gerado pelo fluxo de pacientes.

[...] acredito que seja principalmente a questão da jornada, do excesso de trabalho, de carga horária, em questão dos turnos noturnos [...]. (Enfermeiro-PA 2)

[...] a carga horária é exaustiva porque na urgência e emergência é 24 horas [...] tinha era que ter mais um enfermeiro [...]. (Enfermeiro-PA 4)

[...] acredito que o maior risco ergonômico está relacionado ao estresse. (Enfermeiro-PA 6)

Nas Unidades que prestam serviços de urgência e emergência há alto nível de estresse gerado pelos pacientes, pois é um ambiente em que o paciente corre o risco de morte e os acompanhantes ansiosos e angustiados se viram contra a equipe de enfermagem com insultos e agressões em busca de respostas imediatas.¹⁷

Os trabalhos noturnos, as cargas horárias excessivas, o trabalho em horas consecutivas, sem descanso, em função do acúmulo de funções desempenhadas na instituição levam o profissional ao estresse, depressão e problemas na vida pessoal.¹⁶

Nas ESF a percepção de risco está mais relacionada à falta de profissionais, à realização de procedimentos durante a rotina de trabalho, às posturas inadequadas e a pressão psicológica vinda dos usuários e empregador.

Existem algumas condições ergonômicas no meu trabalho que eu considero que me traz dificuldades para a realização de minhas tarefas diárias, que é a pressão psicológica do paciente e do empregador, postura ergonômica devido a falta de tempo. (Enfermeiro-AB 5)

Eu acho que os riscos aqui é mais a questão de posturas no trabalho, eu mesma tinha que me corrigir, mas às vezes não dar tempo a gente esquece e acaba acarretando uma sobrecarga na coluna, nas pernas, provocando mais cansaço. (Enfermeiro-AB 1)

Alguns enfermeiros atuantes na Atenção Primária deparam com a fragilidade social, deficiência física institucional, falta de reconhecimento profissional, excessiva demanda de atendimentos, posturas inadequadas, falta de profissionais e de segurança, pressão psicológica tanto do paciente quanto do empregador a fim de atingir metas, esses fatores dificultam a realização de atividades e impacta

negativamente na saúde física e mental do enfermeiro.¹⁸

As pressões psicológicas parecem um ponto de convergência entre os enfermeiros da Atenção Básica e do Pronto Atendimento enquanto um risco ergonômico percebido pelos trabalhadores. No Pronto Atendimento estas pressões se dão por conta da falta de recursos suficientes para que as metas exigidas sejam cumpridas, já nas ESF a pressão psicológica vem do envolvimento dos enfermeiros com as necessidades de saúde e dificuldade de acesso dos usuários sob sua responsabilidade, por exemplo, exames para concluir um diagnóstico.

[...] porque você tem que se desdobrar, a gente sabe que tem metas a serem cumpridas, mas às vezes tem uma pressão psicológica em cima disso e às vezes não é oferecido os recursos necessários para que a gente possa desenvolver as nossas metas [...]. (Enfermeiro-PA 2)

[...] às vezes você vê o médico pedindo um exame para o paciente, que você sabe que o SUS não libera, e você sabe que se você não conseguir o exame para o paciente, ele não vai fazer, e você sabe que ele já tem um pré diagnóstico e precisa de um diagnóstico final [...] fez o ultrassom que já deu alteração, mas que precisa de uma ressonância, e uma ressonância é mil e quinhentos reais, de abdômen [...] a gente acaba envolvendo, corre atrás, vai na secretaria, assistência social pra

ver se consegue. (Enfermeiro-AB 3)

A gestão do serviço de saúde deve manter balanceados os recursos financeiros aplicados na saúde, no entanto o aumento de demandas da população coloca o desafio de encontrar medidas gerenciais para coordenar os recursos e otimizar sua eficiência. A gestão eficiente de materiais assegura sua disponibilidade no momento e local adequado conforme necessidade.¹⁹

O relato anterior, do enfermeiro 03, denota a ideia de vínculo entre os enfermeiros de ESF e sua população, contudo este vínculo parece colaborar negativamente para percepção que o profissional tem de seu trabalho.

Os profissionais de enfermagem se atêm ao cuidado e promoção da saúde dos indivíduos, de forma que eles se esquecem de si e priorizam o cuidado com os pacientes em seus horários de descanso, por vezes não se desligam inteiramente dos problemas da população.¹⁰

Outros entrevistados mostram a existência de riscos em sua profissão, porém com o passar dos anos e com as experiências adquiridas no exercício profissional afirmam amenização desses riscos:

[...] No início o problema do paciente eu levava pra casa, chegava em casa ficava o final de semana todinho preocupada com problema de paciente e tentando resolver[...] eu já tenho muito tempo na área da saúde, então eu aprendi a separar, mas no início envolvia [...]. (Enfermeiro-AB 3)

Parece que com o passar do tempo inseridos em espaços de assistência aos usuários o profissional desenvolve mecanismos de autoproteção e consegue lidar melhor com os problemas pessoais dos pacientes. Nesse sentido, há de se questionar também o modo como a Política de Humanização se processa nos ambientes de trabalho dos profissionais.

Vale ressaltar que ofertar um atendimento de qualidade, pautado no respeito aos valores humanos caracteriza assistência humanizada e possibilita obtenção de resultados positivos no tratamento e recuperação do paciente.²⁰

Danos ergonômicos do processo de trabalho e as medidas de enfrentamento

Trabalhar em um ambiente livre de riscos proporciona ao trabalhador maior segurança para realizar suas atividades, porém, um ambiente de trabalho insalubre do ponto de vista ergonômico, se torna propício a provocar danos à saúde do trabalhador, como alterações físicas e emocionais, desta forma os enfermeiros compreendem que seu ambiente de trabalho provoca danos ergonômicos à sua saúde.

O meu trabalho pode sim vim a gerar um incômodo em relação a vida ou relacionamentos pessoais [...]. (Enfermeiro-PA 2)

[...] e os riscos físicos né, posturais, de carga horária de trabalho exaustiva, estresse e depressão. (Enfermeiro-PA 4)

Meu processo de trabalho já me provocou incomodo na minha vida pessoal e social porque o enfermeiro é que está sempre à frente para dar as informações e nem sempre podemos atender as expectativas do paciente, acaba que o paciente não entende e desconta no enfermeiro com ofensas, agressões psicológicas, difamação e etc. (Enfermeiro-AB 5).

O ambiente de trabalho deve oferecer ao trabalhador conforto para execução de suas atividades, livre de prejuízos à saúde.²¹ O surgimento de doenças relacionadas à ergonomia na enfermagem é bastante frequente, isto porque o ambiente em que o profissional exerce suas funções são insalubres e estressantes.¹⁰

Para amenizar os riscos o qual o profissional está exposto diariamente é essencial que o mesmo procure maneiras para a prevenção dos danos,²² dessa forma, os enfermeiros relatam realizar atividades físicas para melhorar o sono e fortalecer a coluna.

[...] uso como terapia atividade física, eu falo que é o melhor remédio, pra dormir pra fortalecer a coluna, não sinto dores na coluna. (Enfermeiro-AB 3)

[...] sintomas, ao meu ver ainda não tem não, até porque eu faço atividade física pode ser que ta afastando um pouco aí os sinais que poderiam aparecer. (Enfermeiro-PA 6)

Os danos ergonômicos citados referem-se às rotinas de trabalho

principalmente no período noturno, postura inadequada e pressões psicológicas que geram danos físicos e psíquicos como dores lombares, insônia, hipertensão arterial, taquicardia, dificuldade de concentração, cefaléia, cansaço físico, dores musculares, ansiedade e estresse.

[...] o que afetou é o cansaço mental mesmo [...] geralmente quando eu acordo, levanto e sinto muitas dores nas pernas que pode ser consequência da má postura. (Enfermeiro-AB 1)

As condições de trabalho já me afetaram, principalmente o trabalho noturno, já tive insônia por conta disso, já tive dores lombares por conta da postura [...] hipertensão arterial, comecei a manifestar taquicardia, dificuldade em concentração, cefaléia persistente, eu não conseguia me desligar do trabalho, e aí mesmo depois de ir para casa eu não conseguia parar, para poder descansar a mente [...]. (Enfermeiro-PA 2)

Acredito ter adquirido problemas de saúde relacionados às condições ergonômicas do meu trabalho como lombalgia, sinto muitas dores na coluna dores no punho, sinto ansiedade e estresse. (Enfermeira-AB 5)

O levantamento de peso, o controle rígido da produtividade, rotina intensa, a jornada de trabalho prolongada, a postura inadequada, os trabalhos em período noturno, o

esforço físico e as situações de estresse são classificados como riscos ergonômicos, eles provocam danos na saúde do trabalhador como alterações no organismo que levam ao surgimento de lombalgias, hipertensão arterial, dores de cabeça, cansaço físico e mental.²³

O pouco tempo para descanso, a pressão psicológica, a diminuição do convívio social torna o profissional de enfermagem susceptível a danos a sua saúde como o estresse, ansiedade, dificuldades na realização das atividades e insônia.²⁴

A ocorrência de danos em função das condições ergonômicas do trabalho não é universal entre os trabalhadores participantes. Há trabalhadores que não sofreram repercussão em sua saúde devido a essas condições, porém há, tanto por parte daqueles que não sofreram como dos que sofreram danos, uma preocupação em relação à repercussão destes danos em longo prazo, especialmente com o aparecimento de problemas de saúde físicos e psicológicos, aparentemente mais graves.

A preocupação é mais ao longo prazo mesmo, porque como se diz, o que acontece de dificuldade ergonômica agora não vai afetar já, mas daqui um certo tempo que idade avançar é aí que os problemas aparecem. (Enfermeiro-AB 3)

Minha preocupação em relação a isso é problemas futuros mesmo, problema de visão, problema na coluna, pode ter um problema de má circulação ou alguma outra doença [...]. (Enfermeiro-AB 1)

Os enfermeiros se encontram exaustos fisicamente assim como psicologicamente.²¹ As situações de estresse vivenciadas rotineiramente no local de trabalho originam danos a saúde dos enfermeiros e uma preocupação em relação ao futuro dos mesmos devido às consequências destes danos.¹⁰

Há relato da inexistência de medidas de prevenção de riscos ergonômicos no trabalho, onde deu-se ênfase aos riscos ergonômicos de natureza física:

[...] não tem assim uma rotina de alongamento, não tem nada que favorece a questão postural. [...]. (Enfermeiro-PA 4)

Contudo, observou-se adequação da carga horária de trabalho para retorno do trabalhador à suas funções:

Depois que ajustado (carga horária) corretamente, não só pra mim, mas todos os meus colegas de trabalho a gente conseguiu adequar e voltar novamente para o serviço, para as nossas atividades. (Enfermeiro-PA 2)

As medidas preventivas relacionadas à ergonomia como adequação do mobiliário, adaptação na estrutura física, capacitações de profissionais, utilização de materiais para facilitar o manuseio de pacientes, ajuste da carga horária e rotina dos trabalhadores diminui os riscos gerados no ambiente de trabalho.¹⁴ Essa harmonização possibilita a diminuição dos danos à saúde do trabalhador e torna o ambiente mais agradável e adequado para o trabalho.²²

Os enfermeiros reclamam falta de melhor apoio para amenizar ou até eliminar os riscos ergonômicos. Verbalizaram a necessidade de apoio psicológico e fisioterapia, e ainda ajuste na carga horária de trabalho para ajudar na prevenção de agravos derivados de riscos ergonômicos existentes nos espaços de trabalho.

[...] deveria ter um atendimento psicológico pelo menos quinzenal ou mensal pra gente [...] não sobrecarregar tanto o psíquico da gente com tantos problemas das pessoas, tantas cobranças, pressão né [...] acho que deveria ter um atendimento com o profissional da área de ergonomia, como um fisioterapeuta, pra poder ensinar a fazer exercícios, alongamentos, alguma coisa para poder melhorar a questão postural [...].
(Enfermeiro-AB 1)

O trabalhador necessita manter interação com seu trabalho e participação coletiva entre os trabalhadores e gestores a fim de desenvolver ações para amenizar a insatisfação com o trabalho e converter condições inadequadas em favoráveis e seguras para o trabalho.²¹

Nesse sentido, a inserção da ginástica laboral e apoio psicológico na rotina de trabalho ajudam na redução de doenças osteomusculares e acidente de trabalho, diminui o estresse e melhora as condições para o trabalhador exercer suas funções satisfatoriamente e ter uma melhor vida social.²²

CONSIDERAÇÕES FINAIS

De modo geral os riscos ergonômicos percebidos nos ambientes de trabalho estão relacionados à multitarefa, realização de atividades repetitivas e às exigências físicas e intelectuais. A rotina e a desatenção fazem com que, muitas vezes, os profissionais negligenciem os riscos ergonômicos presentes no ambiente de trabalho o que provoca danos que se manifestam fisicamente e psicologicamente em forma de dor lombar e insônia, por exemplo.

As pressões psicológicas são um ponto de convergência entre a percepção de risco ergonômico nos ambientes avaliados, contudo elas se manifestam a partir de situações distintas, ora em função da necessidade de cumprir metas com recursos escassos, ora pelo envolvimento do profissional com o usuário.

O envolvimento e a empatia com o usuário é positiva em diversas perspectivas e remete à existência de vínculo entre o Enfermeiro e o usuário, porém neste contexto causa sofrimento ao trabalhador que não é capaz de resolver todos os problemas dos usuários que chega até si.

Diante dos riscos ergonômicos existentes nos espaços de trabalho é importante pensar em estratégias que minimizem ou eliminem os riscos e os fatores desencadeadores de modo que a promoção de um ambiente de trabalho saudável e seguro se torne uma cultura nas organizações de saúde.

Este estudo tem como limitação a quantidade de participantes, no

entanto os resultados sinalizam um avanço no conhecimento em relação aos riscos ergonômicos percebidos por enfermeiros em cenários distintos.

REFERÊNCIAS

1 Andrade BB, Santos LF, Torres LM. Os riscos ergonômicos no cotidiano das equipes de enfermagem. Revista relações sociais [Internet]. 2018 [acesso em 2020 abr 06];1(3):498-510. Disponível em:

<https://periodicos.ufv.br/reves/article/view/3164/1505>

2 Arcanjo RVG, Christovam BP, Braga ALS. Recomendações sobre exposição aos riscos ocupacionais pela equipe de enfermagem: uma revisão integrativa. Rev. Enferm. Atual In Derme. [Internet]. 2017 [acesso em 2020 abr 06];83(21):94-101. Disponível em: <https://revistaenfermagematual.com.br/index.php/revista/article/view/291/182>

3 Dana AC, Catai RE, Amarilla RSD. Análise ergonômica de ruído e de iluminação em postos de trabalho de uma instituição pública. Espacios [Internet]. 2016 [acesso em 2020 abr 07];37(30):27. Disponível em: <https://www.revistaespacios.com/a16v37n30/16373028.html>

4 Chagas D. Riscos psicossociais no trabalho: causas e consequências. International Journal of Developmental and Educational Psychology [Internet]. 2015 [acesso em 2020 maio 21];2(1):439-46. Disponível em:

<http://www.infad.eu/RevistaINFAD/OJS/index.php/IJODAEP/article/view/24/83>

5 Gomes DM, Silveira FGH, Horsth AA. Avaliação ergonômica do trabalhador na constituição civil: riscos minimizados por regulamentação e ginástica laboral. Revista educação meio ambiente e saúde [Internet]. 2017 [acesso em 2020 abr 04];7(1):17-27. Disponível em: <http://www.faculdedofuturo.edu.br/revista1/index.php/remas/article/view/128/200>

6 Francisco WG, Medeiros AP. Análise ergonômica: estudo de caso do depósito de uma empresa de materiais para construção da Grande Florianópolis. DAPesquisa [Internet]. 2016 [acesso em 2020 abr 07];11(15):271-90. Disponível em: <http://www.revistas.udesc.br/index.php/dapesquisa/article/view/7452/5268>

7 Ferreira SRS, Périco LAD, Dias VRFG. The complexity of the work of nurses in primary health care. Rev. bras. enferm. [Internet]. 2018 [cited 2020 Apr 06];71 Suppl1:784-9. Available from: <http://www.scielo.br/pdf/reben/v71s1/0034-7167-reben-71-s1-0704.pdf>

8 Castro MM, Oliveira SS. Avaliação do trabalho na atenção primária à saúde do município do Rio de Janeiro: uma abordagem em saúde do trabalhador. Saúde debate. [Internet]. 2017 [acesso em 2020 abr 06];41(n.esp.):152-64. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/sdeb/v41nspe2/0103-1104-sdeb-41-spe2-0152.pdf>

9 Ministério da Saúde (BR). Portaria nº342, de 4 de março de 2013. Redefine as diretrizes para implantação do Componente Unidade de Pronto Atendimento (UPA 24h) em

conformidade com a Política Nacional de Atenção às Urgências, e dispõe sobre incentivo financeiro de investimento para novas UPA 24h (UPA Nova) e UPA 24h ampliadas (UPA Ampliada) e respectivo incentivo financeiro de custeio mensal [Internet]. Brasília; 2013[acesso em 2020 maio 21]. Disponível em: http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2013/prt0342_04_03_2013.html

10 Maldonado GC. Profissionais enfermeiros diante de riscos ergonômicos [monografia] [Internet]. Ariquemes (RO): Faculdade de Educação e Meio Ambiente; 2018[acesso em 2020 abr 21]. 42f Disponível em: <http://repositorio.faema.edu.br/bitstream/123456789/2310/1/PROFISSIONAIS%20ENFERMEIROS%20DIANTE%20DE.pdf>

11 Freire MN, Costa RE. Qualidade de vida dos profissionais de enfermagem no ambiente de trabalho. Revista enfermagem contemporânea [Internet]. 2016[acesso em 2020 abr 06];5(1):151-8. Disponível em: <https://www5.bahiana.edu.br/index.php/enfermagem/article/view/871/659>

12 Karino ME, Felli VEA, Sarquis LMM, Santana LL, Silva SR, Teixeira RC. Workloads and strain processes of nursing workers at teaching hospital. Ciênc. cuid. saúde. [Internet]. 2015[cited 2020 Apr 06];14(2):1011-8. Available from: <http://periodicos.uem.br/ojs/index.php/CiencCuidSaude/article/view/21603/14751>

13 Bardin L. Análise de conteúdo. 70^a ed. Lisboa: Editora LTA; 1977, 225p.

14 Pasa TS, Magnago TSBS, Silva RM, Cervo AS, Beck CLC, Viero NC. Riscos ergonômicos para trabalhadores de enfermagem ao movimentar e remover pacientes. Rev. enferm. UFSM. [Internet]. 2015[acesso em 2020 abr 06];5(1):92-102. Disponível em: <https://periodicos.ufsm.br/reufsm/article/view/15016/pdf>

15 Oliveira MDC. O reflexo da sobrecarga de trabalho no equilíbrio físico e psíquico do enfermeiro [monografia] [Internet]. Porto Velho (RO): Centro Universitário São Lucas; 2019[acesso em 2020 abr 06]. Disponível em: <http://repositorio.saolucas.edu.br:8080/xmlui/bitstream/handle/123456789/3171/Marlon%20Dowglas%20Chagas%20de%20Oliveira%20-%20O%20reflexo%20da%20sobrecarga%20de%20trabalho%20no%20equil%C3%AAbrio%20f%C3%ADsico%20e%20ps%C3%AAdquico%20do%20enfermeiro.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

16 Ferreira AS, Rangel GMB, Sales LBPA, Cruz LMS, Silva MAO, Monteiro JA. Estudo ergonômico comparativo entre enfermeiros e técnicos de enfermagem em ambiente hospitalar. Perspectivas online: biológicas & saúde [Internet]. 2016[acesso em 2020 abr 05];21(6):25-30. Disponível em: http://ojs3.perspectivasonline.com.br/index.php/biologicas_e_saude/article/view/1025

17 Barros AM, Rodrigues LM. O exercício profissional de enfermagem e as principais causas de adoecimento laboral: uma revisão integrativa. Revista científica de enfermagem

[Internet]. 2016[acesso em 2020 abr 06];6(18):12-25. Disponível em: <https://www.recien.com.br/index.php/Recien/article/view/158/pdf>

18 Barros HRP, Nunes EM, Bezerra ALD, Ribeiro RC, Santos EVL, Sousa MNA. Síndrome de Burnout entre enfermeiros da atenção primária e terciária: um estudo comparativo. Arch. Health Sci. (Online). [Internet]. 2017[acesso em 2020 abr 06]; 24(1):23-8. Disponível em: <http://www.cienciasdasaude.famerp.br/index.php/racs/article/view/517/272>

19 Ramos LCF, Spiegel T, Assad DBN. Gestão de materiais hospitalares: uma proposta de melhoria de processos aplicada em hospital universitário. Rev. adm. saúde. [Internet]. 2018 [acesso em 2020 abr 05];18(70):1-22. Disponível em: <http://www.cqh.org.br/ojs-2.4.8/index.php/ras/article/view/83/121>

20 Santos EL, Dórea SNA, Maciel MPGS, Santos LKF, Silva MB, Moraes MG. Humanized care: perception of intensive care nurses. Rev. baiana enferm. [Internet]. 2018[cited 2020 Apr 05]; 32:e23680. Available from: http://www.revenf.bvs.br/pdf/rbaen/v32/en_1984-0446-rbaen-32-e23680.pdf

21 Silva APB. Riscos e danos relacionados ao contexto do trabalho da equipe de enfermagem de Unidades Neonatais [dissertação] [Internet]. Goiás (GO): Universidade Federal de Goiás; 2018[acesso em 2020 abr 06]. Disponível em: <https://repositorio.bc.ufg.br/tede/handle/tede/8897>

22 Pedrosa IO, Sobral WPA, Brasileiro ME. A atuação do enfermeiro do trabalho na prevenção de riscos ergonômicos. Revista científica de enfermagem [Internet]. 2016[acesso em 2020 abr 05];6(18):3-11. Disponível em:

https://www.recien.com.br/index.php/Recien/article/view/157/pdf_1

23 Souza BVB, Rodrigues JL, Costa JTS, Alencar PL, Meneguelli AZ. Riscos ergonômicos na equipe de enfermagem da Unidade Básica de Saúde Dom Bosco de JI-Paraná. Revista Saberes UNIJIPA. [Internet]. 2019 [acesso em 2020 abr 06];12(1):17-34. Disponível em: <https://unijipa.edu.br/wp-content/uploads/sites/2/2019/02/2..RISCOS-ERGON%C3%94MICOS-NA-EQUIPE-DE-ENFERMAGEM-DA-UNIDADE-B%C3%81SICA-DE-SA%C3%94DE-DOM-BOSCO-DE-JI-PARAN%C3%81.pdf>

24 Silva DV. Ansiedade, estresse, depressão e uso de drogas entre os trabalhadores de enfermagem no ambiente hospitalar [dissertação] [Internet]. Uberlândia (MG): Universidade Federal de Uberlândia; 2017[acesso em 2020 abr 06]. Disponível em: <https://repositorio.ufu.br/handle/123456789/19105>

Data de submissão: 22/01/2020
Data de aceite: 18/05/2020
Data de publicação: 25/05/2020