

Júlia Hosana da Silva¹, José Eduardo Ferreira Dantas², Rhayssa Irlley Pinheiro Pereira³

Professores Orientadores: Sóstenes Ericson⁴ e Diego de Oliveira Souza⁵

Resumo:

O objetivo desta pesquisa foi analisar as repercussões da pandemia de Covid-19 na qualidade do sono de trabalhadoras em enfermagem, numa abordagem discursiva. Trata-se de uma pesquisa de campo, de abordagem qualitativa, com recorte de análise extraído de grupos focais, analisados segundo uma perspectiva discursiva. A análise permitiu observar que as condições de trabalho contribuíram com a deterioração da saúde das trabalhadoras em enfermagem, com influência no estresse e exercendo repercussões na qualidade do sono e da alimentação. A privação do sono foi uma repercussão das condições de trabalho em enfermagem no enfrentamento da pandemia. Desse modo, observa-se a necessidade de uma melhor qualidade das condições de trabalho e de vida destas trabalhadoras.

Palavras-chave: Pandemia; Análise do Discurso; Condições de trabalho; Saúde do trabalhador.

Introdução:

Em março de 2020, a Organização Mundial da Saúde (OMS) declarou uma pandemia de Covid-19 devido a sua rápida disseminação e ampla distribuição geográfica (OPAS, s.d), sendo necessário a adoção de medidas de proteção, como o uso de máscaras, a higiene constante das mãos, o distanciamento físico. A pandemia tornou evidentes as (já existentes) condições precárias do trabalho em enfermagem (ALVES; SOUZA e MARTINS, 2022). Tais circunstâncias contribuíram para o adoecimento físico e mental das trabalhadoras em saúde, e, por consequência, impactando na sua qualidade do sono, a relação inversa também é verdadeira já que o sono é essencial para a fisiologia humana e a sua privação pode ocasionar o adoecimento físico e mental (SILVA, 2014).

Tendo em vista o caráter transformador da pandemia de Covid-19, não só nas características fisiológicas das trabalhadoras em enfermagem, como também

¹ Graduanda em Enfermagem, Universidade Federal de Alagoas – UFAL, juliahosana1@gmail.com.

² Graduando em Enfermagem, Universidade Federal de Alagoas – UFAL, jose.dantas@arapiraca.ufal.br.

³ Graduanda em Enfermagem, Universidade Federal de Alagoas – UFAL, rhayssa.pereira@arapiraca.ufal.br.

⁴ Enfermeiro, Doutor em Linguística e Estágio pós-doutoral em Linguística, Universidade Federal de Alagoas – UFAL, sericson1@hotmail.com.

⁵ Enfermeiro, Doutor em Serviço Social, Universidade Federal de Alagoas - UFAL, diego.souza@arapiraca.ufal.br.

nos aspectos subjetivos do referido campo profissional, destaca-se a necessidade de considerar como os dizeres das trabalhadoras em enfermagem materializam as condições de trabalho e a qualidade do sono, no período pandêmico.

Para tanto, recorreu-se aos dispositivos teórico-metodológicos da Análise do Discurso de linha francesa, inaugurada por Michel Pêcheux. Considerando que não se pode conferir ao sujeito a produção de seus próprios discursos, visto que é impossível analisar um discurso “como uma sequência linguística fechada sobre si mesma, mas que é necessário referi-lo ao conjunto de discursos possíveis a partir de um estado definido das condições de produção” (PÊCHEUX, 1997, p. 79), faz-se necessário entender as condições de produção do discurso e as formulações ideológicas em presença.

As condições de produção são determinações que caracterizam um processo discursivo, incluindo as características de uma situação que leva à produção do sentido linguístico (PÊCHEUX; FUCHS, 1997). A formação ideológica é “um conjunto complexo de atitudes e de representações que não são nem individuais nem universais mas se relacionam mais ou menos diretamente a posições de classes em conflito umas com as outras” (idem, p.166). Por sua vez, conforme Pêcheux (1995, p. 160), as formações discursivas são o que “determina o que pode e deve ser dito”, no interior das relações (lutas) de classes. A partir desses pressupostos, este trabalho tem por objetivo analisar as repercussões da pandemia de Covid-19 na qualidade do sono de trabalhadoras em enfermagem, numa abordagem discursiva.

Metodologia:

Este estudo está vinculado à pesquisa “Riscos e exigências do/no trabalho em Enfermagem no enfrentamento da pandemia de Covid-19 em Alagoas” financiada pelo Programa Pesquisa para o SUS (PPSUS) – Parecer CEP nº 4.525.156. Trata-se de uma pesquisa de campo, de abordagem qualitativa, que utilizou a técnica de Grupo Focal (GF), definido por Ressel et al. (2008) como “grupos de discussão que dialogam sobre um tema em particular, ao receberem estímulos apropriados para o debate” (p. 780). Para esta etapa, foi feita a divisão dos

sujeitos da pesquisa em dois grupos (enfermeiras e técnicas em enfermagem), os quais foram enumerados em ordem crescente para a realização de sorteio.

Foram sorteadas/os 15 enfermeiras/os e 15 técnicas/os em enfermagem para compor os grupos focais das respectivas categorias profissionais, que foram contatadas/os via e-mail e/ou aplicativo de mensagem. Entretanto, por conta de dificuldades voltadas à quantidade de respostas, somadas a obstáculos relacionados à disponibilidade das/os trabalhadoras/os, o GF de enfermeiras/os contou com 07 participantes, enquanto o GF de técnicas/os em enfermagem foi composto por 05 participantes.

Os GFs foram realizados de modo remoto com o auxílio de aplicativos (Zoom e Microsoft Teams), nos dias 02 e 08 de julho de 2022. Os roteiros foram elaborados previamente com perguntas referentes aos processos de trabalho em enfermagem ao longo da pandemia de Covid-19 e suas implicações na saúde física e mental das/os trabalhadoras/es. Cada encontro durou em média 2 horas, e foi gravado após consentimento de todas as pessoas participantes. A fim de proteger a identidade das/os participantes da pesquisa, as/os enfermeiras/os foram identificadas/os pela letra “E” e as/os técnicas/os em enfermagem foram nomeadas/os pelas letras “TE”, seguindo a numeração de acordo com a ordem de apresentação individual nos momentos de seus respectivos GFs.

Após a realização das reuniões, as gravações foram transcritas seguindo normas e critérios propostos por Marcuschi, na sistematização de Manzini (2008), para quem no processo de transcrição “ocorre um segundo momento de escuta, no qual podem permear impressões e hipóteses que afloram intuitivamente durante o ato de escutar e transcrever” (s/p) e estes apontamentos poderão ser de considerável importância para a análise realizada pelas/os pesquisadoras/es. O processo de transcrição ocorreu durante o período de 23 de julho a 13 de agosto de 2022, sendo revisado por integrante da equipe de pesquisa ciente das normas de transcrição e com experiência na área de Linguística e Análise do Discurso.

Resultados e Discussão:

“**Extensão em Debate**” - ISSN Eletrônico 2236-5842- **QUALIS B1** - Maceió – AL – Revista da Pró-Reitoria de Extensão da Universidade Federal de Alagoas/UFAL. **Edição Especial nº. 14.**
Vol.12, ano 2023.

As condições de trabalho, que já eram precárias antes da pandemia de Covid-19, tornaram-se ainda mais prejudiciais para a saúde das trabalhadoras (doravante nomeadas no feminino, por serem maioria entre os sujeitos da pesquisa). Destacou-se a ampliação da jornada de trabalho, que somada ao dimensionamento de pessoal inadequado, causava uma sobrecarga de trabalho, gerando cansaço e desgaste físico, além de estresse. Desse modo, tal condição prejudica a qualidade de vida e conseqüentemente do sono, ao passo que impede o estabelecimento e a recuperação da energia e das condições de saúde, conforme observado nas seguintes seqüências discursivas (SDs):

SD 1: mas pra mim foi isso foi um trabalho cansativo árduo, estressante por diversas vezes [...] uma pressão muito grande pra que a gente pudesse atender o maior número de pacientes possíveis e muitas vezes a unidade já tava lotada não tinha muito” o que a gente pudesse fazer. — E4

SD 2: a gente tinha que tá ali a rotina era exaustiva os plantões não eram de doze horas eram de vinte e quatro horas — E3

As SD acima demonstram que, diante do excesso de trabalho e da pressão exercida sobre as trabalhadoras (pelos serviços, pelas famílias dos pacientes e por elas mesmas, considerando também o seu “dever” de cuidar dos pacientes), para assistir aos pacientes, que em sua maioria, estavam em estado grave, foi demandado mais cuidado e atenção. Sabe-se que o estresse aumenta os níveis de cortisol e adrenalina, deixando o organismo em estado de alerta, com influência na perda de sono. Logo, a rotina imposta às trabalhadoras compromete o desenvolvimento de um padrão de sono de qualidade. Dessa forma, a sobrecarga de trabalho e conseqüentemente, o estresse, pode constituir um risco para os pacientes e para as próprias trabalhadoras.

Todos esses fatores devem ser levados em consideração, quando se pensa que os dizeres foram produzidos em determinadas condições de produção do

discurso. Durante a maior intensidade do período pandêmico, enquanto era disseminada a necessidade de isolamento como prevenção do contágio do novo coronavírus, as trabalhadoras em enfermagem ficaram expostas ao Covid-19 e deveriam, pela natureza do seu trabalho, cuidar dos pacientes, sem que, muitas vezes, lhes fosse oferecido o suporte adequado para tal exercício. Não era incomum a concepção de que não havia como se opor a atuar sem a devida proteção, restando então permanecer nas instituições e continuar com o trabalho, por atuarem na linha de frente, enquanto o Estado e as instituições privadas se isentavam de suas responsabilidades.

Avançando na análise, as SDs a seguir exemplificam a relação entre o sono, saúde mental e o risco para o desenvolvimento de síndrome metabólica:

SD 3: a questão de piora da concentração né porque quando a gente não consegue fazer nossas nossas eliminações fisiológicas não conseguia comer no tempo certo, não descansava né de um lado pra o outro. — E2

SD 4: a gente não tem com quem trocar pra ir pra o descanso vários plantões a gente trabalhou vinte e quatro horas de fato, a gente mal parou pra comer mal parou pra ir beber uma água pra tomar um banho tinha que ser voando e ao mesmo tempo o celular já tocando ou então alguém indo chamar no banheiro — E4

Estudo conduzido por Hu (2022) determinou a relação entre curtas ou muito longas durações do sono e o desenvolvimento da Síndrome Metabólica (SM), caracterizada como um conjunto de alterações endócrinas e fisiológicas, que colaboram com a predisposição de um indivíduo ao desenvolvimento de cardiomiopatias. Segundo Lee (2019), a privação do sono colabora para escolhas alimentares inadequadas, pois faz com que o indivíduo priorize a ingestão de alimentos com um alto teor de gorduras e carboidratos, muito acima das quantidades recomendadas. Dessa maneira, há uma intensificação no risco de desenvolvimento da SM como consequência direta e indireta de alterações no padrão de sono dos indivíduos.

Alonzo (2021) observou a existência de dados significativos que comprovam a relação entre a má qualidade do sono e o comprometimento da qualidade da saúde mental, colaborando assim com um aumento da incidência de doenças como a ansiedade e depressão em indivíduos que se mantêm em privação de sono de modo recorrente ou em períodos prolongados. A partir disso, pode-se observar como a privação do sono colaborou para o adoecimento das trabalhadoras em enfermagem durante a pandemia de Covid-19.

Ademais, perante as emoções despertadas, decorrentes dos desafios enfrentados diariamente na luta contra a pandemia, as trabalhadoras sofreram reflexos das condições de trabalho ao dormir e até mesmo ao sonhar, como destacado pelas próximas SDs:

SD 5: fica pensando nisso né vai dormir lembrando. — TE1

SD 6: eu só sonhava com com as mortes com tudo eu só sonhava com o covid. — TE3

SD 7: eu me tornei uma pessoa mais ansiosa uma pessoa que tem que fazer terapia o tempo inteiro porque eu escuto bombas na minha casa apitando às vezes eu acordo com ventiladores e eu levanto e venho na sala achando que estou na uti — E3

Coelho (2022) fez uma analogia entre os trabalhadores em saúde que atuaram na linha de frente e os soldados durante uma guerra, demonstrando que os sonhos seriam reflexos daquilo que não é processado de forma consciente durante a vigília. Dessa forma, a SD 5 e a SD 6 mostram os impactos que as categorias da enfermagem vivenciaram e ainda vivenciam o desafio de encarar a morte frequentemente. Assim, como aponta a referida autora, as experiências desses “soldados”, que lhes despertavam sentimentos de medo, perda e tristeza, apareciam nos seus sonhos como uma tentativa de processar essa realidade.

Por sua vez, a SD 7 exemplifica como a ansiedade afeta o processo do sono. Dessa forma, aponta como a saúde mental se relaciona com o sono-vigília,

conforme expresso pela alusão ao barulho dos alarmes das bombas de infusão. Nessa perspectiva, o excesso de barulho pode aumentar o estresse das trabalhadoras e causar alterações no sono, como o despertar ao longo da noite. Por conseguinte, essas perturbações no sono podem causar dificuldades para desenvolver suas atividades de forma tranquila, afetando sua qualidade de vida.

A qualidade do sono pode ser prejudicada pela jornada de trabalho em turnos, pois o corpo necessita realizar o ciclo circadiano de maneira adequada todos os dias, daí um ritmo irregular do ciclo pode ocasionar perdas na capacidade de adormecer e se manter dormindo (SILVA, 2014), como observado a seguir:

SD 8: aí pra mim um problema foi no sono até hoje três horas da manhã eu acordo, porque era o horário da troca do plantão e olha que já faz um ano que eu não tô mais no hospital. — TE5

SD 9: mas se eu vou dormir cedo tipo dez horas da noite, três horas da manhã eu acordo pra nada e se eu vou dormir tarde [...] eu só vou conseguir dormir três horas da manhã porque era a hora do outro descanso. — TE5

SD 10: isso ficou assim como uma cicatriz na mente três horas da manhã eu vou tá acordado pra dormir ou pra me levantar, mas é a hora que eu sempre me acordo mesmo estando com os horários diferentes parece que o telefone na cabeça; assim quando eu olho a hora pra dormir ele grava a hora três horas eu me levanto assim depois eu durmo de novo. — TE5

A cada dia, o ritmo circadiano regula o metabolismo, o sono, o comportamento e a disposição do organismo nas diversas horas do dia e da noite, no qual ocorrem as atividades do ciclo biológico. Dessa forma, como apontado pelo estudo, quanto mais atividades forem realizadas em trabalho noturno, pior será a qualidade do sono e a saúde mental, o que também se mostrou presente no discurso da equipe de enfermagem:

SD 11: era loucura né a rotina era muito estressante o plantão noturno a gente dizia que tinha um horário que os pacientes eles começavam também a descompensar então no plantão noturno ninguém dormia — E3

SD 12: então eu fiquei no descanso do dos enfermeiros que eram seis bicamas e na última lá no cantinho eu coloquei um lençol pra ter um pouco mais de privacidade e eu dormia e acordava dentro do hospital; eu não ia pra casa — E5

O trabalho noturno e as longas jornadas de trabalho favorecem o desenvolvimento de alterações do sono, conforme demonstram as SDs anteriormente analisadas. Isso porque as trabalhadoras não conseguiam dormir o tempo necessário, por vezes, devido a possuírem mais de um vínculo empregatício, como apontado na SD 13:

SD 13: eu acho que tava vindo de uma sobrecarga sabe; eu tava fazendo muitas... quarenta e oito horas seguidas de plantão trinta e seis horas, porque eu trabalhava em dois vínculos. — E7

A degradação das condições de trabalho é algo inerente ao trabalho no capitalismo. No Brasil, no período pandêmico, esse fenômeno foi ainda mais intensificado, por conta dos vínculos empregatícios mais instáveis e com menos direitos trabalhistas. Cabe ressaltar, no entanto, que a adesão a múltiplos vínculos, que comprometem a saúde do trabalhador, é muito mais algo imposto pela sociedade baseada no acúmulo de capital, do que numa necessidade real do sujeito (SOUZA, 2021). A análise demonstrou que durante a pandemia, as condições de trabalho, atreladas ainda às questões econômicas e sociais, influenciaram o estado emocional, psíquico e nutricional das trabalhadoras, o que, por conseguinte, afetou direta ou indiretamente a qualidade do sono.

Conclusões:

As alterações nos padrões do sono foram uma das repercussões das condições de trabalho em enfermagem no enfrentamento da pandemia, não só durante o período em que as trabalhadoras estavam na linha de frente, mas também

quando já não estavam mais trabalhando. Pela mediação do discurso, foi possível identificar como as condições precárias de trabalho estavam atreladas a questões como perda, interrupção e privação do sono, além de sonhos perturbadores. Assim, espera-se que este trabalho contribua para dar ênfase ao trabalho desempenhado pela enfermagem, dada a necessidade de uma melhor qualidade das condições de trabalho e de vida das trabalhadoras em enfermagem.

Referências

ALONZO, Rea et al. Interplay between social media use, sleep quality, and mental health in youth: A systematic review. **Sleep medicine reviews**, v. 56, p. 101414, 2021.

ALVES, Julio Cesar Silva; SOUZA, Natália Inácio; MARTINS, Wesley. Síndrome de Burnout y salud mental de los profesionales de enfermería en la pandemia de Covid-19. **Research, Society and Development**, v. 11, n.8, 2022. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/31360/26818>. Acesso em: 19 fev. 2023.

COELHO, Helena Oliveira. Guerra e Pandemia: o que sonham os profissionais da linha de frente?. **Mosaico: Estudos em Psicologia**, Belo Horizonte, Brasil, v. 10, n. 1, p. 16–24, 2022. Disponível em: <https://periodicos.ufmg.br/index.php/mosaico/article/view/35461>. Acesso em: 21 fev. 2023.

HU, Jingyao et al. Associação da duração do sono e da qualidade do sono com o risco de síndrome metabólica em adultos: uma revisão sistemática e metanálise. **Endokrynologia Polska**, 2022.

LEE, Ohana Peres; CESARIO, Fabiana Copês. **A influência das restrições de sono nas escolhas alimentares**: uma revisão sistemática. Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Nutrição da Universidade Federal do Pampa, 2019. Disponível em: Ohana Peres Lee - 2019.pdf (unipampa.edu.br). Acesso em: 19 fev. 2023.

MANZINI, Eduardo José. Considerações sobre a transcrição de entrevistas. In: Livre-docência. Faculdade de Filosofia e Ciências - UNESP, FFC - UNESP, Brasil. Título: **A entrevista na pesquisa em Educação e Educação Especial**: uso e processo de análise, Ano de obtenção: 2008.

OPAS – Organização Pan-Americana da Saúde. **Histórico da pandemia de Covid-19**. [S. L.: s.p].

RESSEL, Lúcia Beatriz et al. O uso do grupo focal em pesquisa qualitativa. **Texto & Contexto - Enfermagem** [online]. v. 17, n. 4, 2008, pp. 779-786. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/tce/a/nzznfnzrCVv9FGXhwnGPQ7S/?lang=pt#>. Acesso em: 20 ago. 22.

PÊCHEUX, Michel. **Semântica e Discurso**: uma crítica à afirmação do óbvio. 2 ed. Campinas/SP: Ed. Unicamp, 1995.

PÊCHEUX, Michel. Análise Automática do discurso. In: GADET, F.; HAK, T. (Org.). **Por uma análise automática do discurso**: uma introdução à obra de Michel Pêcheux. 3. ed. Campinas/SP: Editora da Unicamp, 1997.

PÊCHEUX, Michel; FUCHS, Catharine. A propósito da análise automática do discurso: atualizações e perspectivas (1975). In: GADET, F.; HAK, T. (Org.). **Por uma análise automática do discurso: uma introdução à obra de Michel Pêcheux**. 3. ed. Campinas/SP: Ed. Unicamp, 1997.

SILVA, Fernando Henrique Lopes da. Funções do sono. In: PAIVA, Teresa; ANDERSEN, Monica Levy; TUFIK, Sergio. **O SONO e a Medicina do SONO**. 1. ed. Barueri/SP: Minha Editora, 2014. v. 1, cap. 1.1, p. 5 - 19.

SOUZA, Diego de Oliveira. As dimensões da precarização do trabalho em face da pandemia de Covid-19. **Trabalho, Educação e Saúde**, v. 19, 2021.