

Em busca do bem-estar e do modo de ser do trabalhador saudável¹

Nina Autora Savoldi
Eloita Pereira Neves
Traci dos Santos
Maria Yvone Chaves Mauro

Resumo

Trata de estudo sobre o modo de ser trabalhador, considerando suas dimensões humanas, tais como, física, emocional, intelectual, social, cultural, espiritual e profissional. Objetivo: identificar os níveis de saúde do trabalhador, através de auto avaliação, apresentando os modos de adaptação de ROY utilizados para manutenção do seu bem-estar. Com abordagem exploratória em hospital do Rio de Janeiro, em 2002, aplicou-se um questionário junto a vinte e seis trabalhadores de enfermagem. Os sujeitos atribuíram maiores valores às áreas de saúde profissional e espiritual, enquanto menores valores situaram-se na saúde intelectual e física. Os valores medianos corresponderam às áreas emocional e social. Considerando-se os níveis alcançados em todas as áreas de saúde, alerta-se para a fragilidade nas áreas intelectual e física indispensáveis para desenvolver o cuidar da clientela de saúde. Do mesmo modo há que se fortalecer nos trabalhadores, o sentido da importância da saúde emocional para o bem-viver em sociedade.

Palavras-chave: Saúde Ocupacional. Adaptação. Enfermagem.

Introdução

Atualmente, muitos são os investimentos para otimizar o atendimento de saúde aos seres humanos, principalmente nas instituições que têm esta missão, sejam elas hospitalares, apenas ambulatoriais, domiciliares, governamentais e/ou privadas. Os sistemas de qualidade do atendimento de saúde investem nestas instituições, geralmente, considerando os recursos de ordem ambiental, material, equipamentos, aparelhos e documentos, necessários e indicados para a assistência aos clientes.

O alvo a ser alcançado é a satisfação do usuário, consumidor dos serviços de saúde. Quanto ao ser humano prestador destes serviços, observa-se que os investimentos se concentram na área de proteção contra os agravos provocados pelo próprio desenvolvimento do trabalho e na recuperação das doenças ditas profissionais. Nesta investigação pensamos e propomos que a satisfação do cliente, em termos da qualidade do aten-

dimento de saúde, seja alcançada, plenamente, a partir dos esforços envidados para a satisfação do ser humano trabalhador, como principal alvo das instituições de saúde.

Acreditar e investir no bem-estar e modo de ser saudável do trabalhador é otimizar o atendimento ao consumidor dos serviços de saúde. A saúde é aqui enfocada não apenas como ausência de doenças a serem tratadas e curadas pelo paradigma biomédico. Seu enfoque nesta pesquisa é o mesmo defendido por Figueiredo; Santos; Sobral; Silva Jr (1998), que descrevem a saúde como o alcance do bem-estar e a doença como o sentimento de mal-estar em todas as dimensões do corpo físico, mental, intelectual e espiritual.

Consideramos, ainda, que o ser saudável é o eu, pessoa, sujeito e cidadão, nas dimensões de sua consciência, delimitadas e descritas por Chauí (1995, p. 117). Portanto, tanto o trabalhador como o usuário dos serviços de saúde-bem estar

devem ser cuidados na íntegra de suas dimensões física, emocional, intelectual, social, cultural, espiritual e profissional.

Adaptando a recomendação de Santos e Gauthier (1999, p. 20), para o cuidar do cliente de enfermagem e para o cuidar institucionalmente do cliente profissional, alertamos que ele deve ser entendido e aceito nas dimensões:

1) Eu: formado por suas vivências, com suas maneiras de perceber, entender e compreender o que se passa consigo e com o mundo da vida que o rodeia e com o mundo do trabalho em que se insere, livre da alienação institucional; deve ser respeitado segundo sua maneira de perceber e sentir seu estado de saúde/bem-estar e/ou doença/mal-estar; deve ser livre para imaginar, lembrar, opinar desejar coisas quanto a sua abordagem e tratamento no mundo da saúde; deve perceber-se livre para amar, agir, odiar, sentir dor ou prazer, posicionar-se diante das coisas e dos outros; deve sentir-se feliz ou infeliz quanto à sua situação de vida, de trabalho e de lazer.

2) Pessoa: o investimento para a qualidade dos serviços de saúde deve considerar o trabalhador enquanto pessoa dotada de vontade livre e responsabilidade, capaz de compreender e interpretar sua situação e condições física, mental, social, cultural e histórica.

3) Sujeito: o trabalhador deve ser aceito em sua maneira de se manifestar sobre si mesmo, sobre seu trabalho e profissão e sobre o mundo.

4) Cidadão: no entendimento do trabalhador de saúde deve-se considerar a observância de sua situação dentro das relações sociais e não apenas dentro de suas relações de trabalho; ele deve ser acatado como portador de direitos e deveres nos âmbitos público, social e privado, além dos seus direitos legislativos profissionais; deve ser visto, sobretudo como portador e defensor de interesses específicos de seu grupo ou de sua classe.

Portanto, como primeiro passo para alcançar o bem-estar, bem viver e a manutenção do trabalhador como ser saudável, temos como objeto de estudo: a auto-avaliação diagnóstica de saúde de trabalhadores(as) de enfermagem hospitalar.

Nesta pesquisa temos os seguintes objetivos:

1- Identificar os níveis de saúde do trabalhador(a) de enfermagem, por ele(a) atribuí-

dos, em cada sub-escala e no total da escala referente a estes níveis;

2- Descrever os modos de adaptação, segundo Roy (1989), utilizados pelo(a) trabalhador(a) de enfermagem para a manutenção do bem-estar em sua vida, em cada área ou dimensão do seu ser;

3- Correlacionar os escores obtidos na escala total ao perfil individual e profissional dos sujeitos do estudo.

Referencial teórico

Apropriando-nos das concepções de Roy (1989) consideramos que o trabalhador de enfermagem possui quatro modos de adaptação para buscar o bem-estar realizando ações em relação à sua saúde, ou seja, buscando a satisfação de suas necessidades. Refletindo sobre as concepções da autora, os comportamentos de saúde do trabalhador, podem ser vistos como o seguinte sistema adaptativo:

Avaliação comportamental de Funções Fisiológicas

– Oxigenação: uso de oxigênio relacionado à respiração e circulação

– Nutrição: uso de nutrientes para restaurar e desenvolver o corpo

– Eliminação: descreve a eliminação de produtos residuais

– Atividade e Descanso: exercício, atividade, descanso e sono

– Integridade da pele: descreve padrões da função fisiológica da pele

– Sentidos: está relacionado às funções sensorio-preceptivas, relacionadas à obtenção de informação visual, auditiva, cinestésica, gustativa, tátil e olfativa

– Fluidos e Eletrólitos: uso fisiológico de fluidos e eletrólitos

Esta avaliação considera o Nível 1 referente às necessidades fisiológicas (exercício e repouso, nutrição, eliminação, proteção).

Avaliação comportamental sobre Auto Conceito

– Auto Conceito: está ligado aos padrões de valores, crenças e emoções como relacionados à idéia que a pessoa faz do self. Tendo atenção à esfera do self físico, self pessoal e self ético-moral.

Desse modo devem ser avaliadas as necessidades de Nível 2 relativas a necessidades de auto conceito (necessidades do eu físico, de aceitação de si mesmo, em suas relações interpessoais e com um ser superior).

Avaliação comportamental sobre o desempenho de Papel

– Função de Papel: são os padrões de interação social da pessoa, relacionada a outros, refletir por papéis primários, secundários e terciários, incluindo o processo de identidade do papel e de domínio do papel.

Aqui são avaliadas as necessidades do Nível 3 referentes a desempenho de papel (necessidade relativas ao desempenho de sua função como pessoa e como trabalhador face à sua vida em sociedade).

Avaliação comportamental sobre a interdependência

– Interdependência: é o valor humano, afeição, amor e afirmação. Isso ocorre através de relações interpessoais, tanto no nível individual, quanto grupal.

Neste sistema são avaliadas as necessidades do Nível ou modo de adaptação 4 relativas a necessidades de relações de interdependência (necessidades de buscar ajuda, atenção, segurança e afeto nas relações que estabelece com os outros).

Assim sendo, o bem estar e a saúde constituem-se em estados e processos de ser e tornar-se uma pessoa integrada e inteira. E ambos podem ser avaliados e conquistados pela pessoa que emprega os modos de adaptação, de maneira integralizada.

Referencial metodológico

Esta é uma pesquisa quantitativa, cujo método adotado é o descritivo exploratório, selecionando-se para campo da investigação, uma instituição hospitalar privada, sediada no Rio de Janeiro tendo sido desenvolvida no ano de 2002. Atendendo à Resolução n.º 196/96 do Conselho Nacional de Saúde, divulgada em Gauthier et al (1998), 150 pessoas foram convidadas e aceitaram participar livremente, após esclareci-

mentos sobre o assunto e objetivos do estudo, entre as quais, enfermeiros, técnicos e auxiliares de enfermagem da citada instituição, cujo Comitê de Ética autorizou a pesquisa. Deve-se ressaltar, que para esta investigação preliminar, essa população foi representada por 26 sujeitos que se encontravam na instituição hospitalar, durante o período de aplicação do instrumento de coleta de dados (ICD).

O ICD proposto pelas pesquisadoras e denominado “Você se considera saudável?” foi adaptado de uma publicação do Jornal da CASSI (2002). Ele é auto aplicável e facilita a leitura, reflexão e escolha das respostas dos trabalhadores, sujeitos do estudo. O ICD explorou as seguintes áreas: saúde intelectual, saúde física, saúde social, saúde emocional e saúde profissional (em anexo).

Foram selecionadas para a pesquisa as seguintes variáveis independentes a serem exploradas:

a) Variáveis de identificação dos sujeitos: faixa etária e sexo;

b) Variáveis da situação profissional: categoria profissional (função) e turno de trabalho.

E as variáveis dependentes ou do problema alvo da investigação a serem exploradas foram:

a) Os níveis de saúde, considerando as dimensões do ser humano: física, emocional, intelectual espiritual, social e profissional.

Para inclusão das variáveis do problema de pesquisa no ICD utilizou-se escalas tipo Likert, atribuindo-se escores de 0 a 3 em cada item ou opção de resposta correspondente aos níveis de adaptação de Roy (1989) e se incluiu o cálculo do subtotal de cada sub-escala e o total geral dos itens do questionário.

Os dados produzidos foram analisados e tratados eletronicamente (computador) com estatística descritiva mediante o cálculo da frequência absoluta, do percentual e das medidas de tendência central indicadas para pequenas amostras, quais sejam a média e mediana e o desvio padrão.

Resultados

Responderam à pesquisa os vinte e seis profissionais convidados (100,00%). Observou-se na sua caracterização individual e profissional que,

a maioria, (19 - 73,08%) é do sexo feminino, conforme espera-se numa profissão já considerada feminina por autores tais como Figueiredo e cols (2000). Quanto a variável idade, os respondentes situam-se entre 36 e 50 anos, predominando 8 profissionais (32,00%) na faixa etária de 41 a 45 anos. Os membros da equipe de enfermagem da instituição de saúde foram representados nesta investigação, sendo a maioria deles enfermeiras (19 - 73,08%), tendo-se encontrando 2 atendentes (7,69%) que atuam como agentes administrativos. Ressalte-se que, conforme o esperado, a maioria dos profissionais sujeitos da pesquisa (20 - 76,92%) trabalha no serviço diurno (tabelas 2, 3, 4 e 5).

Para maior entendimento dos resultados sobre o problema de investigação – “Você se considera saudável?”, sobretudo quanto a linguagem numérica e estatística, recorda-se a composição do ICD. Assim, as cinco áreas de saúde foram compostas cada uma por dez opções de respostas correspondentes aos níveis de adaptação de Roy (1989). Para cada opção, em cada área considerada para a saúde, o respondente assinalou um nível da escala de Likert correspondente às fre-

quências do seu modo de adaptação nas áreas de saúde, conforme se segue: raramente ou nunca (0), algumas vezes (1), muitas vezes (2) e sempre (3).

Desse modo, no cômputo geral dos resultados, correspondente à saúde integral dos trabalhadores e referente ao problema de investigação – “Você se considera saudável?”, formulado segundo questionário auto aplicável, adaptado do Jornal CASSI (2002), observou-se que: o escore SEMPRE (3) da Escala de Likert, obteve o maior número de respostas (741 - 47,71%) situando-se predominantemente na área de saúde profissional (143 - 9,21%), seguindo-se as áreas de saúde espiritual, física, emocional e social com 134 (8,63%), 130 (8,37%), 127 (8,18%) e 117 (7,53%), respectivamente. Releva-se que a área de saúde intelectual foi a que obteve o menor escore (90 - 5,80%) deste nível da escala citada. Assim, analisando-se o escore predominante seguinte (481 - 30,97%), correspondente a MUITAS VEZES destaca-se que os trabalhadores de saúde da instituição investigada consideram-se bem adaptados em seu modo de conviver e viver em todas as áreas de saúde questionadas.

Tabela 1. Distribuição segundo escore e áreas de saúde. Rio de Janeiro, 2002.

Áreas	Escore 0		Escore 1		Escore 2		Escore 3		Total	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Saúde intelectual	19	1,22	66	4,2	85	5,47	90	5,80	260	16,74
Saúde física	26	1,67	52	3,3	49	3,16	130	8,37	257	16,55
Saúde social	8	0,52	41	2,6	90	5,80	117	7,53	256	16,48
Saúde emocional	2	0,13	44	2,8	87	5,60	127	8,18	260	16,74
Saúde espiritual	8	0,52	26	1,7	92	5,92	134	8,63	260	16,74
Saúde profissional	8	0,52	31	2	78	5,02	143	9,21	260	16,74
Sub-Total	71	4,57	260	17	481	30,97	741	47,71	1553	100,00

Observação: cálculo obtido com o número de respostas, em todo o questionário, de 26 sujeitos de pesquisa.

No cômputo geral da classificação dos resultados referentes aos escores parabéns, muito bem, atenção e cuidado correlacionados à sexo, idade, função e turno de trabalho constatou-se que, o escore MUITO BEM foi apontado pela maioria dos trabalhadores pesquisados, situando-se em 15 (57,69%), quanto ao sexo, função e turno e apenas 14 (56,00%) para idade, uma diferença pou-

co significativa a sugerir que a faixa etária não interfere no modo de ser saudável entre estes profissionais. Entretanto, esse cômputo geral explica o porque na auto avaliação diagnóstica geral, sobre a sua saúde integral, pois os sujeitos da pesquisa não foram a maioria na obtenção do maior escore, o correspondente a SEMPRE me considero saudável (tabela 1 e quadro demonstrativo 1).

Quadro demonstrativo 1.
Classificação dos Conceitos por variáveis profissionais. Rio de Janeiro, 2000.

N.º	Matrícula	Score	Faixa	Sexo	Turno	Função
1	1302.9	140	Parabéns	F	N	A
2	1685.5	128	Muito Bem	F	D	A
3	1460.5	114	Muito Bem	F	N	A
4	1679.0	153	Parabéns	F	N	A
5	1717.8	141	Parabéns	M	D	A
6	2005.7	123	Muito Bem	F	N	A
7	3211.0	142	Parabéns	F	D	A
8	2340.8	103	Muito Bem	F	D	A
9	3457.9	119	Muito Bem	M	D	C
10	3498.3	114	Muito Bem	M	D	C
11	3659.0	126	Muito Bem	F	D	A
12	3968.5	122	Muito Bem	M	D	A
13	4066.7	128	Muito Bem	F	D	A
14	4034.5	147	Parabéns	F	D	A
15	4116.0	157	Parabéns	F	D	C
16	4153.3	129	Muito Bem	F	D	A
17	4432.1	126	Muito Bem	F	D	D
18	4538.5	104	Muito Bem	F	D	A
19	4470.1	160	Parabéns	M	D	A
20	4601.1	149	Parabéns	F	N	A
21	4636.7	158	Parabéns	M	D	A
22	3189.8	151	Parabéns	F	D	C
23	4727.1	129	Muito Bem	F	D	A
24	5491.6	152	Parabéns	M	N	A
25	3338.4	126	Muito Bem	F	D	D
26	4734.0	104	Muito Bem	F	D	B

Legenda: A= enfermeiro; B= técnico de enfermagem; C= auxiliar de enf.; D= Atendente

Entre os trabalhadores que obtiveram PARABÉNS situam-se sete mulheres (26,92%) e quatro homens (15,38%). Considerando que os homens são minoria no universo dos trabalhadores de enfermagem, o que se repete nesta investigação, este resultado sugere que os homens consideram-se mais saudáveis do que as mulheres por estarem em número muito próximo ao das mulheres.

Inexiste uma diferença significativa quanto à faixa etária entre os trabalhadores que se consideram sempre saudáveis, pois apenas dois deles com menos de 36 anos obtiveram PARABÉNS, enquanto três respondentes (12,00%) situam-se igualmente, nas demais faixas. Nenhum técnico

e/ou atendente de enfermagem obteve PARABÉNS relacionada a esta variável.

Por outro lado, o fato de nove enfermeiros(as) (34,62%) alcançarem o maior escore justifica-se por eles(as) serem maioria quanto à categoria profissional entre os sujeitos investigados. Em relação a variável turno de trabalho, os resultados mostram que o maior escore foi mais obtido por sete trabalhadores do serviço diurno (26,92%) contra quatro trabalhadores do serviço noturno (15,38%). Sabendo-se que o turno da noite dispõe de um menor número de trabalhadores, independentemente da função ocupada na instituição de saúde, dir-se-ia que são eles que se consideram mais saudáveis (tabelas 2, 3, 4 e 5).

Tabela 2. Distribuição dos Conceitos no Escore segundo o Sexo. Rio de Janeiro, 2002.

Sexo:	Feminino		Masculino		Total	
	f	%	f	%	f	%
Muito Bem	12	46,15	3	11,54	15	57,69
Parabéns	7	26,92	4	15,38	11	42,31
Sub-Total	19	73,08	7	26,92	26	100,0

Tabela 3. Distribuição dos Conceitos no Escore segundo faixa etária. Rio de Janeiro, 2002

Função:	< 36		36 - 40		41 - 45		46 - 50		> 50		Total	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Muito Bem	3	2	3	12	5	20	0	0	3	12	14	56
Parabéns	2	8	3	12	3	12	3	12	0	0	11	44
Sub-Total	5	20	6	24	8	32	3	12	3	12	25	100

Tabela 4. Distribuição dos conceitos no Escore segundo a Função. Rio de Janeiro, 2002

Função:	A		B		C		D		Total	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Muito Bem	10	38,46	1	3,85	2	7,69	2	7,69	15	57,69
Parabéns	9	34,62	0	0	2	7,69	0	0	11	42,31
Sub-Total	19	73,08	1	3,85	4	15,38	2	7,69	26	100,0

Tabela 5. Distribuição dos Conceitos no Escore segundo o Turno. Rio de Janeiro, 2002

Turno:	Diurno		Nortuno		Total	
	f	%	f	%	f	%
Muito Bem	13	50,0	2	7,69	15	57,69
Parabéns	7	26,92	4	15,38	11	42,31
Sub-Total	20	76,92	6	23,08	26	100,0

Analisando-se o tratamento estatístico dos dados referente à média, mediana e desvio padrão, observa-se que na auto avaliação diagnóstica, os respondentes atribuíram os maiores valores às áreas de saúde profissional e espiritual - 616 e 612 respectivamente, enquanto os menores valores situaram-se na saúde intelectual e física - 506 e 540 respectivamente. Os valores medi-

anos foram atribuídos às áreas emocional e social - 599 e 572 respectivamente.

Quanto ao total dos escores, correspondente à todas as áreas, observou-se que um trabalhador alcançou o escore mais alto - 160, situando-se a média em 132,50 pontos, sendo o desvio padrão 17,44. Considerando as respostas às op-

ções sobre as áreas de saúde e domínios de Roy (1989) na escala de Likert, ressaltou-se que as frequências mais admitidas, quanto ao se considerar saudável, foram SEMPRE - 47,71% e MUITAS VEZES - 30,97%. Ressalte-se ainda que, quanto à faixa de nível de saúde integral, conforme o CASSI (2002), não foram encontrados os conceitos CUIDADO e ATENÇÃO ressaltando-se o conceito de MUITO BEM obtido pela maioria de trabalhadores (15 - 57,69%), enquanto 11 profissionais (44,00%) obtiveram PARABÉNS, o conceito ideal.

Conclusão

Constatou-se que os trabalhadores de saúde investigados nesta pesquisa consideraram-se predominantemente sempre saudáveis. A sua saúde integral foi por eles auto avaliada em situação de equilíbrio, haja vista os altos níveis alcançados, em especial nas áreas espiritual e profissional. Entretanto, comparando os resultados de uma maneira geral, eles alertam para a fragilidade identificada nas áreas física, intelectual e social, nas quais estão situadas as necessidades de saúde indispensáveis aos profissionais para desenvolverem o cuidar junto à clientela.

Neste caso, o que significa um alto nível da saúde profissional e espiritual constatado em alguns profissionais desta pesquisa, enquanto as demais obtiveram níveis mais baixos? Há que se alertar para as reflexões e teorizações de estudiosos da profissão Enfermagem quanto a necessidade de saúde integral entre os seres humanos. No caso desta pesquisa, encontra ressonância a recomendação tradicional de que para cuidar do ser humano, o trabalhador precisa antes de tudo, sentir-se e ser saudável. Do mesmo modo há que se fortalecer na equipe de trabalhadores, o sentido da importância da saúde emocional para o viver na sociedade, na família e na ambiente de trabalho.

Diante do alto nível de saúde profissional e lembrando ser esta uma pesquisa institucional, dir-se-ia que os trabalhadores de enfermagem respondentes buscaram alcançar o ideal almejado pela instituição de saúde. Assim, também pode-se explicar o alto escore obtido pelos trabalhadores em saúde espiritual, recordando-se que a instituição na qual eles se inserem tem caráter religioso.

Concluiu-se que o modo de ser saudável do trabalhador de saúde, no âmbito institucional, refere-se ao alcance de altos níveis de saúde profissional e espiritual, talvez aqueles também almejados pela empresa de saúde. Do mesmo modo, a resposta para a pergunta/problema de pesquisa “Você se considera saudável?”, obteve da maioria dos investigados, o conceito MUITO BEM, o qual se refere à “Você é uma pessoa consciente, mas alguns aspectos de sua vida podem receber de você mais atenção para um viver mais saudável”.

Diante deste fato, os resultados desta investigação devem ser divulgados, principalmente, para os profissionais que dela participaram e no âmbito da empresa de saúde que os emprega. Ressalte-se que a resposta ao problema de pesquisa deve ser explicitada aos trabalhadores, a fim de que haja um compartilhamento quanto às responsabilidades individuais, profissionais e institucionais para o alcance de níveis ideais de atendimento de necessidades de saúde, de uma forma integral, ou seja, que proporcione um viver mais saudável.

Portanto, os resultados desta investigação, na visão das pesquisadoras, exige também uma avaliação diagnóstica profissional especializada sobre a saúde integral dos sujeitos para comparação com os resultados ora obtidos, os quais provêm da auto avaliação dos próprios trabalhadores e solicitada por membro do Departamento de Saúde do Trabalhador.

Todavia, o zelo observado pela instituição, quanto a qualidade de saúde de seus trabalhadores justifica mais ainda a continuidade desta pesquisa extensiva a totalidade dos profissionais de sua equipe de enfermagem. A menos que o objetivo da instituição de saúde apenas seja a busca da força de trabalho para o cuidar da clientela, em detrimento do modo ideal de ser saudável do trabalhador de saúde, o que não parece ser o caso. A busca do modo de ser trabalhador saudável tanto pelo profissional, quanto pela instituição empregadora, certamente contribuirá para a qualidade do cuidado a ser por eles oferecido e devidamente prestado.

Searching for the well being and being healthy as a worker

Abstract

This study deals with health care workers considering the human beings health dimensions such as physical, emotional, intellectual, social, cultural, spiritual and professional. The purpose is identify the workers level of health, according to a self evaluation, and to present the ROY's adaptive modes they use to maintain well being. This descriptive exploratory study was performed in 2002 in a private hospital of Rio de Janeiro where 26 nursing workers were asked to answer to a self administered questionnaire. The results show that the subjects scored higher on the subscales of professional and spiritual health, and scored lower on the sub scales of intellectual and physical health. The median scores are related with emotional and social health subscales. Considering the high level of health perceived in the majority of these areas, attention should be devoted to the intellectual and physical areas that are required to the provision of health care to clients. It is also relevant to enhance the nursing workers regarding the importance of emotional health in order to live well in society.

Keywords: Occupational Health. Adaptation. Nursing.

En busca del bienestar y de la manera de ser del trabajador saludable

Resumen

Es un estudio sobre la manera de ser del trabajador hospitalario, desde las dimensiones del ser humano: física, emocional, intelectual, social, cultural, espiritual y profesional. El objetivo es identificar los niveles de salud del trabajador, través de su propia evaluación, describiendo los modos de adaptación de ROY utilizados para la manutención de su bienestar. Con un abordaje exploratorio en hospital del Rio de Janeiro, en 2002, fue aplicado un cuestionario a 26 trabajadores de enfermería. Los sujetos han atribuído los mayores valores en las áreas de salud profesional y espiritual, todavia los menores se quedaron en la intelectual y la física. Los valores medianos corresponden a las áreas emocional y social. Destacando los niveles alcanzados en todas las áreas de salud. Debese alertar para la fragilidad en las áreas intelectual y física indispensables para el desarrollo del cuidar de los pacientes. Así mismo, hay que fortalecer en el equipo de trabajadores el gran sentido de la emoción para el vivir en la sociedad.

Palabras clave: Salud Ocupacional. Adaptación. Enfermería.

Referências

CASSI, Jornal da CASSI. Qualidade de vida: faça esta escolha, n. 32, p. 4-7, set./out., 2002.

CHAUÍ, Marilena. Convite à Filosofia. 3 ed. São Paulo: Ática, 1995.

FIGUEIREDO, Nébia M. A.; SANTOS, Iraci dos; SOBRAL, Vera R.; SILVA JÚNIOR, Osnir C. Cuidar em saúde: lugar na invenção de um novo paradigma científico. Revista Brasileira de Enfermagem, v. 51, n. 3, p. 447-56, jul./set. 1998.

GAUTHIER, Jacques; CABRAL, Ivone E.; SANTOS, Iraci dos; TAVARES, Cláudia M M. (Orgs.) Pesquisa em Enfermagem - Novas Metodologias Aplicadas. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 1998.

ROY, Sister Calixta. The ROY: adaptation model. In: RIEHL-SISCA, Joan. Conceptual models for nursing practice. 3rd Norwalk: Appleton & Lange, 1989, p. 105-114.

SANTOS, Iraci dos; GAUTHIER, Jacques. Enfermagem: análise institucional e sociopoética. Rio de Janeiro: EELAN/UFRJ, 1999.

Nota

¹Trabalho premiado com o primeiro lugar do Prêmio, do Núcleo de Pesquisa de Enfermagem e Saúde do Trabalhador, do Departamento de Enfermagem de Saúde Pública, Escola de Enfermagem Anna Nery/UFRJ.

Sobre as autoras

Nina Aurora Salvodi

Enfermeira do Trabalho. Mestranda do Programa de Mestrado em Enfermagem da UERJ.

Eloita Pereira Neves

Enfermeira. Professora Doutora do Programa de Mestrado em Enfermagem da UERJ.

Iraci dos Santos

Enfermeira. Professora Doutora do Programa de Mestrado em Enfermagem da UERJ.

Maria Yvone Chaves Mauro

Enfermeira. Professora e Orientadora do Programa de Mestrado em Enfermagem da UERJ.

Anexo

Instrumento de coleta de dados auto aplicável: VOCÊ SE CONSIDERA SAUDÁVEL?

Instruções: reserve um tempo, em um lugar tranqüilo, para responder à avaliação a seguir. O objetivo das perguntas, além da reflexão, é a tomada de consciência, ajudando você a pensar sobre as áreas que refletem diretamente em seu bem-estar e seu modo de vida. Caso não concorde com a pontuação pré-estabelecida, o mais importante será o que aprendeu sobre si mesmo. Cada uma das áreas a serem analisadas pode contribuir para a melhoria da saúde integral. Ou seja, uma mudança em qualquer uma das áreas afeta as demais. Faça escolhas, além da opção de continuar melhorando, que, com certeza, sua vida será mais feliz e construtiva e ficando fortalecida para o enfrentamento dos problemas do ambiente de trabalho e do seu cotidiano. Para auxiliar na avaliação, utilize a pontuação da escala de Likert, adequada à sua situação, colocando no parêntese o número escolhido.

Área de saúde física

Pontuação: 0 - Raramente ou nunca; 1 - Algumas vezes; 2 - Muitas vezes; 3 - Sempre

- 1.() Sinto-me em boa forma física, se comparado a pessoas de minha idade.
- 2.() Pratico pelo menos 30 minutos de atividade física, 3 vezes por semana.
- 3.() Minha dieta é balanceada, rica em fibras, frutas e vegetais.
- 4.() Procuo manter um peso adequado à minha altura e faixa etária.
- 5.() Não fumo.
- 6.() Não bebo ou bebo socialmente, limitando-me a 5 doses semanais.
- 7.() Durmo o suficiente para reparar meu cansaço.
- 8.() Consulto profissionais de saúde e faço exames preventivos pelo menos 1 vez por ano.
- 9.() No trânsito, uso cinto de segurança e respeito os limites de velocidade.
- 10.() Sou cuidadoso com a segurança de minha casa.

Subtotal

Área de saúde emocional

0 - Raramente ou nunca; 1 - Algumas vezes; 2 - Muitas vezes; 3 - Sempre

- 11.() Estou satisfeito comigo mesmo.
- 12.() Encontro maneiras adequadas de expressar minha emoção.
- 13.() Procuo me comunicar de forma verdadeira e direta.
- 14.() Sou bem-humorado.
- 15.() Gosto de estar sozinho de vez em quando.
- 16.() Peço ajuda quando necessário.
- 17.() Sou capaz de dizer NÃO sem me sentir culpado.
- 18.() Sei pedir desculpas quando erro.
- 19.() Costumo elogiar os feitos positivos de outras pessoas.
- 20.() Sou capaz de relaxar sem uso de drogas ou medicamentos.

Subtotal

Área de saúde social

0 - Raramente ou nunca; 1 - Algumas vezes; 2 - Muitas vezes; 3 - Sempre

- 21.() Sou capaz de desenvolver relacionamentos próximos e estáveis.
- 22.() Tenho parceiro(a), e estou satisfeito com nossa relação.
- 23.() Estou satisfeito com o relacionamento que mantenho com minha família.
- 24.() Estou satisfeito com o relacionamento que mantenho com chefes e colegas de trabalho.
- 25.() Tenho pessoas com quem desabafar quando estou tenso ou ansioso.
- 26.() Tenho interação ativa cotidiana com amigos e familiares.
- 27.() Meu dia-a-dia é fonte de prazer para mim.
- 28.() Diariamente, dedico parte do tempo à família.
- 29.() Exerço papel social na comunidade em que vivo.
- 30.() Procuo, sempre que possível, estar em contato com a natureza.

Subtotal

Área de saúde profissional

0 - Raramente ou nunca; 1 - Algumas vezes; 2 - Muitas vezes; 3 - Sempre

- 31.() Gosto do meu trabalho.
- 32.() Estou satisfeito com a quantidade de tempo que meu trabalho/carreira requer de minha vida.
- 33.() Minha carga de trabalho é sempre planejada.
- 34.() Sinto que completei todas as tarefas do dia quando saio do trabalho.

- 35.() Procuo aprender com os erros.
 36.() Estou satisfeito com minha habilidade em tomar decisões.
 37.() Considero-me organizado.
 38.() Meu trabalho é recompensador para mim.
 39.() Estou orgulhoso de minhas conquistas profissionais.
 40.() Sinto-me confortável com minha situação financeira.

Subtotal

Área de saúde intelectual

0 - Raramente ou nunca; 1 - Algumas vezes; 2 - Muitas vezes; 3 - Sempre

- 41.() Mantenho contínuo crescimento na área intelectual.
 42.() Concentro-me facilmente.
 43.() Uso a criatividade em todas as áreas de minha vida.
 44.() Gosto de ler e leio com freqüência.
 45.() Tenho pelo menos um hobby, mas não me sinto obrigado a fazê-lo.
 46.() Gosto de me expressar através da arte e encontro tempo para isso.
 47.() Sou curioso, e novidades me motivam.
 48.() Sinto interesse por muitos assuntos não ligados à minha profissão.
 49.() Participo espontaneamente de grupos de estudos e discussões.
 50.() Gosto de partilhar conhecimentos e ouvir outros pontos de vista sobre assuntos que me interessam.

Subtotal

Área de saúde espiritual

0 - Raramente ou nunca; 1 - Algumas vezes; 2 - Muitas vezes; 3 - Sempre

- 51.() Considero-me uma pessoa feliz.
 52.() Estou em paz comigo mesmo.
 53.() Estou satisfeito com minha vida espiritual.
 54.() Sinto-me equilibrado, guiado por meus valores pessoais.
 55.() Estabeleço objetivos realistas para minha vida.
 56.() Estou satisfeito com o progresso de meus objetivos.
 57.() O conceito de espiritualidade tem definição e significado pessoais para mim.
 58.() Sou tolerante com as crenças e valores alheios.
 59.() Valorizo a disciplina espiritual e sinto que uma força guia minha passagem pela vida.
 60.() Busco realizar, voluntariamente, ações comunitárias.

Subtotal

Total geral:

Agora que você já fez uma reflexão sobre sua vida, lembre-se de que a medida de bem estar que você desfruta depende das escolhas que faz e dos modos que você encontra para enfrentar e adaptar-se às situações que a vida lhe presenteia. Some os resultados encontrados e confira a seguir:

- De 0 a 44 pontos – Cuidado! Você precisa rever seu modo de viver e suas escolhas para recuperar sua saúde e bem estar.

- De 45 a 89 pontos – Atenção! Alguns aspectos do seu modo de viver estão ameaçando seu bem estar. Reflita nos tópicos de menor pontuação e procure encontrar outros modos de viver mais saudáveis.

- De 90 a 134 pontos – Muito bem! Você é uma pessoa consciente, mas alguns aspectos de sua vida podem receber de você mais atenção para um viver mais saudável.

- De 135 a 180 pontos – Parabéns! Você realmente investe em seu próprio bem estar e tem mantido modos de viver saudáveis. Continue assim e contagie outros com essa energia.

Agradeço a colaboração, solicitando devolver o questionário à pessoa que lhe entregou. Ele será arquivado em seu prontuário no Departamento de Saúde do Trabalhador - Departamento de Enfermagem, para que possamos continuar a trabalhar juntos em outras oportunidades.