

P 2881

Efeito do trabalho noturno nos profissionais de saúde de um hospital universitário

Claudia Carolina Schnorr, Maria Carlota Borba Brum, Ticiane da Costa Rodrigues, Camila Morelato de Souza, Fábio Fernandes Dantas Filho, Karen Gomes Avila, Sheila Stoniosso, Otávio Azevedo Bertolotti, Gustavo Borchardt, Lisandra Almeida Nunes
Hospital de Clínicas de Porto Alegre (HCPA)

Os efeitos do trabalho noturno ou em turnos sobre a saúde dos trabalhadores são pouco conhecidos. Descobertas recentes tem indicado que pode afetar a tolerância à glicose, induzir à obesidade, sobrepeso, diabetes, hipertensão arterial sistêmica (HAS) e associação com aumento da circunferência abdominal. A dessincronização do ciclo circadiano tem sido relacionada com alguns destes efeitos, assim como a privação do sono e a exposição à luz durante à noite. Dessa forma, objetivamos estudar a associação entre turnos de trabalho e doenças crônicas e qualidade de vida entre os profissionais de saúde deste hospital e comparar trabalhadores dos turnos diurnos e noturnos em relação a alterações metabólicas, hipertensão arterial e alteração do padrão de sono. O estudo foi realizado no período entre abril de 2013 a dezembro de 2014. Através de questionários auto-aplicados, foi avaliado informações sócio-demográficas, cronotipos e preferências diárias do sono e qualidade do sono. Além disso, foi realizado exame físico e feito uma coleta de sangue venoso em jejum de 8 horas para análise laboratorial. Foram incluídos 129 mulheres e 49 homens, sendo 108 do turno diurno e 80 do noturno. Os profissionais do turno noturno tem maior renda salarial mensal, são mais velhos e tem maior tempo na instituição, dormem menos horas, apresentaram maior IMC, maior circunferência abdominal, maior prevalência de Síndrome Metabólica e a pressão arterial mais elevada, em comparação com os diurnos. O consumo de álcool foi maior entre os profissionais diurnos sem diferença em relação ao padrão de consumo e demais hábitos de vida. As variáveis quantitativas não apresentaram diferenças estatisticamente significativas. Foi observado, ainda, diferença estatisticamente significativa entre o ponto médio nos dias de trabalho, na duração de sono nos dias de folga, no jetleg e no uso de despertador entre os trabalhadores noturnos e diurnos. Com efeito, após tal análise, podemos ver que o trabalho noturno pode induzir a síndrome metabólica, maior sobrepeso e elevação dos níveis de pressão arterial em profissionais de saúde, sendo consequente à diminuição das horas de sono em 24 horas. Palavras-chaves: Shift work, sleep privation, metabolic syndrome. Projeto 130485