

A INFLUÊNCIA DOS FATORES PSICOSSOCIAIS DE RISCO NO DESENVOLVIMENTO DE LESÕES MÚSCULO-ESQUELÉTICAS

Josefina Correia^{1,2}, Carla Barros^{□2}, & Pilar Baylina³

¹Câmara Municipal do Porto, Porto, Portugal, josefinacorreia@cm-porto.pt

²Universidade Fernando Pessoa, Faculdade de Ciências Humanas e Sociais, Porto, Portugal, cbarros@ufp.edu.pt

³Instituto Politécnico do Porto, Escola Superior de Saúde do Porto, Porto, Portugal, pbm@estsp.ipp.pt

RESUMO: Os profissionais de saúde e, mais concretamente, os enfermeiros realizam diariamente uma atividade de trabalho desgastante e emocionalmente exaustiva, o que a torna suscetível à exposição de riscos ocupacionais, nomeadamente, riscos psicossociais. O objetivo deste estudo foi avaliar os fatores psicossociais de risco e explorar os preditores no desenvolvimento de lesões músculo-esqueléticas. Participaram neste estudo 105 enfermeiros e os resultados identificaram o elevado ritmo e intensidade de trabalho, os tempos de trabalho, as relações de emprego e os níveis altos de exigência emocional, fatores significativos, ao nível da saúde. Foram identificados preditores de lesões músculo-esqueléticas, mais concretamente: Gerir instruções contraditórias (OR=20,43), depender dos pedidos diretos dos doentes (OR=39,948); ultrapassar o horário normal de trabalho (OR=4,822), e ter que simular boa disposição e/ou empatia (OR= 7,359). É importante desenvolver melhores práticas organizacionais para diminuir este problema de saúde que afeta uma elevada percentagem de enfermeiros.

Palavras-Chave: Riscos psicossociais, lesões músculo-esqueléticas, enfermeiros

THE INFLUENCE OF PSYCHOSOCIAL RISK FACTORS ON THE DEVELOPMENT OF MUSCULOSKELETAL DISORDERS

ABSTRACT: Healthcare professionals and, more specifically, nurses perform an exhausting and emotionally exhaustive work activity on a daily basis, which makes it susceptible to occupational risk exposure, including psychosocial risks. The aim of this study was to evaluate psychosocial risk factors and explore predictors in the development of musculoskeletal disorders. Participants in this study included 105 nurses and the results identified the high demands and work intensity, working times, employment relationships and high levels of emotional demands are significant factors at the health level. Predictors of musculoskeletal disorders were identified, more specifically: Have to deal with contradictory instructions (OR=20.743), Have to endure the demands of the patients (OR=39.948); Have to continue working beyond my assigned timetable (OR=4.822), and have to simulate good mood and/or empathy (OR= 7.359). It is important to develop best organizational practices to reduce this health problem that affects a high number of nurses.

Keywords: Psychosocial risks, musculoskeletal disorders, nurses

Recebido em 28 de fevereiro de 2021/ Aceite em 23 de maio de 2021

A profissão de Enfermagem está classificada como uma profissão emocional e fisicamente desgastante, devido à sua proximidade com os doentes, à natureza específica de seus cuidados e às próprias características de seu ambiente de trabalho e de sua organização (Hersch et al., 2016; Seabra et al., 2019). De facto, os enfermeiros são a classe profissional que mais tempo passa no cuidado aos seus doentes e, por isso, mais expostos a um grande número de riscos, nomeadamente, o trabalho por turnos, longas jornadas de trabalho (Machado et al., 2018; Silva et al., 2017), ter que gerir as necessidades emocionais do doente e da família (Areces & García, 2017; Justo-Henriques, 2020; Ko & Kiser-Larson, 2016; Oliveira et al., 2014; Souza et al., 2017; Starc, 2018; Srinivasan & Samuel, 2014).

Esta atividade profissional torna-se desgastante, não só pela carga de trabalho, como também pelas características das tarefas associadas, muitas vezes agravada por condições sofríveis de recursos materiais e humanos com que são confrontados, muito aquém do necessário para a prestação de uma assistência efetiva e eficaz (Stumm et al., 2008).

Assim os fatores psicossociais de risco identificados como críticos e graves, no contexto de trabalho dos enfermeiros (Cargnin et al., 2019), estão, frequentemente, associados a condições de trabalho e alterações organizacionais e à insuficiente gestão de recursos (Gonçalves et al., 2018) que apresentam risco de adoecimento psíquico ou físico (Moreira et al., 2017).

Estudos epidemiológicos evidenciam um modelo multifatorial de risco para o desenvolvimento de lesões músculo-esqueléticas relacionadas com o trabalho (LMERT), nomeadamente, fatores profissionais, organizacionais, biomecânicos e psicossociais (Barros, 2017; Jerónimo & Cruz, 2014, Oliveira & Almeida, 2017).

São diversos os estudos, efetuados a nível nacional e internacional, realizados no âmbito hospitalar ao longo dos últimos anos, que comprovam que a enfermagem é das profissões mais afetadas pelas lesões músculo-esqueléticas relacionadas com o trabalho (Cargnin et al., 2019; Freimann et al., 2016).

O ritmo intenso de trabalho, com elevada exigência de produtividade e monotonia das tarefas, a intensificação do ritmo de trabalho, devido à sobrecarga de atividades que pode levar o enfermeiro à adoção de posturas inadequadas (Castelôa et al., 2019) o contacto constante com a morte, com o sofrimento e a ansiedade daí decorrentes, a sobrecarga do trabalho, associado à pressão do tempo e o trabalho por turnos (Jerónimo & Cruz, 2014) e as atividades associadas à preparação e administração de medicamentos, ao trabalho estático e as posturas são fatores de risco a que os enfermeiros estão expostos durante o exercício da profissão identificados com o risco de desenvolvimento de lesões músculo-esqueléticas.

MÉTODOS

Participantes

Participaram no presente estudo, 105 enfermeiros que exercem a profissão em hospitais públicos e privados no norte do país. A amostra é maioritariamente do sexo feminino, sendo 84,8% do sexo feminino e 15,2 % do sexo masculino, com idades compreendidas entre os 24 e os 57 anos de idade ($M=37,52$; $DP=8,69$). Dos 105 enfermeiros que participaram neste estudo, 58,1% eram casados ou viviam em união de facto e 39,0% não tinham filhos. No que se refere aos anos de experiência

profissional, representam uma amplitude considerável, desde os que trabalham apenas há um ano até aos que trabalham há 35 anos ($M=11,22$; $DP = 8,59$). Relativamente ao tipo de contrato, 91,4 % dos participantes trabalham em regime de contrato efetivo ou sem termo. Em termos e horário de trabalho, 95,2 % têm horário de trabalho a tempo inteiro, 75% trabalham em turnos rotativos e 64,8 % trabalham ao fim-de-semana.

Material

O inquérito utilizado neste estudo, Inquérito de Saúde e Trabalho – INSAT, foi desenvolvido para analisar a relação entre condições de trabalho e saúde e bem-estar. O Inquérito INSAT é um questionário autopreenchimento organizado que avalia as condições de trabalho, saúde e bem-estar, e a relação entre eles. Sete os eixos estruturam este inquérito que contemplam, na sua maioria, *escalas de Likert*: (I) O trabalho; (II) Condições de trabalho e fatores de risco; (III) Condições de vida fora do trabalho; (IV) Formação e trabalho; (V) Saúde e trabalho; (VI) A minha saúde e o meu trabalho; e (VII) A minha saúde e o meu bem-estar. Tendo presente o objetivo deste estudo, foi utilizada a subescala dos fatores psicossociais do trabalho: ritmo e intensidade de trabalho; falta de autonomia; relações de trabalho com colegas de trabalho; relações de emprego com a organização; exigências emocionais; conflitos éticos e de valores; e as características do trabalho. O INSAT foi validado para a população portuguesa através do Modelo de Rasch e Crédito Parcial (PCM) tendo sido obtido um valor considerado muito bom ($> 0,8$) (medida semelhante ao *alfa de Cronbach* em definição e valor) (Barros et al., 2017).

Procedimento

Após aprovação do estudo pela Comissão de Ética da Universidade Fernando Pessoa, os profissionais foram convidados a participar voluntariamente. A recolha de dados foi efetuada através da técnica *snowball*. Tratando-se de um questionário anónimo, confidencial e voluntário, foi solicitada a assinatura dos formulários de consentimento informado, após a qual foram guardados num envelope previamente definido e devidamente identificado para o efeito e os instrumentos foram entregues em envelopes individuais que, foram devolvidos devidamente fechados pelos participantes, após preenchimento.

Os dados foram analisados com o apoio do programa estatístico *SPSS for Windows*, versão 22.0. O nível de significância adotado foi $p \leq 0,05$. Foram realizadas análises de frequências e percentagens sobre características demográficas dos participantes (variáveis nominais do questionário INSAT – fatores psicossociais). Seguidamente e para analisar as associações entre fatores de risco e lesões músculo-esquelética, todas as variáveis foram transformadas em variáveis nominais (não - 0, sim - 1) e integradas numa análise de regressão logística bivariada (Método Enter). As equações de regressão do estudo satisfizeram todas as hipóteses, e os resultados da análise de regressão obtidos foram considerados confiáveis.

RESULTADOS

Análise descritiva

A análise descritiva do INSAT, apresentada no quadro 1, mostra a distribuição de frequência das respostas “sim” aos fatores psicossociais do trabalho que têm impacto significativo no exercício profissional dos enfermeiros.

DESENVOLVIMENTO DE LESÕES MÚSCULO-ESQUELÉTICAS

Quadro 1. Caracterização dos fatores psicossociais do trabalho

Ritmo e intensidade do trabalho	% Sim
Trabalhar a um ritmo intenso	98,1
Depender dos pedidos diretos dos clientes	90,5
Adaptação permanente a mudanças dos métodos ou instrumentos de trabalho	85,7
Gerir instruções contraditórias	78,1
Interrupções frequentes	86,7
Hiper-solicitação	88,6
Ultrapassar o horário normal de trabalho	89,5
"Saltar" ou encurtar uma refeição ou nem realizar a pausa por causa do trabalho	94,3
Manter disponibilidade permanente	71,4
Relações de emprego com a empresa	% Sim
Falta de meios para realizar o trabalho	69,5
De uma forma geral, sinto-me explorado	66,7
Ter medo de sofrer uma lesão causada pelo trabalho	82,9
Não há preocupação, por parte da empresa, relativamente ao meu bem-estar	74,3
Exigências emocionais	% Sim
Confronto com situações de tensão nas relações com público	94,3
Medo de agressão verbal	93,3
Estar exposto às dificuldades e/ou sofrimento de outras pessoas	98,1
Simular boa disposição e/ou empatia	83,8
Esconder emoções	88,6
Conflitos éticos e de valores	% Sim
Fazer coisas que desaprovo	71,4
Falta de meios necessários para fazer um trabalho bem feito	65,7

Associações e preditores das lesões músculo-esqueléticas em função dos fatores psicossociais do trabalho

Os fatores psicossociais do trabalho foram associados às dimensões das lesões músculo-esqueléticas, tendo-se identificado relações significativas com os fatores psicossociais (cf quadro 2)

Quadro 2. Análise de regressão múltipla dos fatores psicossociais do trabalho

Fatores Psicossociais de Risco	Dores musculares e articulares			
	Sig.	OR <i>cmde</i> (95% C.I.)	Sig.	OR <i>adJusted</i> (95% C.I.)
Gerir instruções contraditórias	,010	109,233 (3,096-3853,676)	,001	20,743 (3,447-124,818)
Depender dos pedidos diretos dos clientes	,049	30,470 (0,864-1074,263)	,003	39,948 (3,551-449,365)
Adaptação permanente a mudanças dos métodos ou instrumentos de trabalho	,049	13,438 (,858-210,517)		
Ultrapassar o horário normal de trabalho	,855	,932 (0,440-1,974)		
Não há preocupação, por parte da empresa, relativamente ao meu bem-estar	,047	,028 (,001-,953)		
Simular boa disposição e/ou empatia	,019	33,330 (1,797-618,053)	,004	7,359 (1,862-29,080)

Da análise multifatorial existem dois fatores-chave que aumentaram significativamente a percepção de dores musculares e articulares. O fator “Estou exposto a instruções contraditórias” aumentou mais de vinte vezes (20,743; IC 95% 3,447-124,818) e o fator “Estou expostos a depender de clientes” que aumentou quase quarenta vezes (39,948; IC 95% 3,551-449,365) a percepção de dores musculares e articulares. Outros fatores de risco também revelaram associações importantes: “Estou exposto a ter que simular boa disposição” aumentou mais de sete vezes a percepção de dores musculares e articulares (7,359; IC 95% 1,862-29,080), “Estou exposto a ultrapassar a hora normal de trabalho” que aumentou quase cinco vezes (4,822; IC 95% 0,979-23,743) a percepção de dores musculares.

DISCUSSÃO

Neste estudo foram evidenciadas relações entre a exposição a fatores psicossociais de risco e o desenvolvimento de lesões músculo-esqueléticas. Sendo um tema já debatido, só nos últimos anos se verificou um maior interesse nesta área e na análise dos efeitos negativos dos riscos psicossociais.

Uma das maiores queixas dos profissionais de saúde, nomeadamente dos enfermeiros, está relacionada com a um número excessivo de doentes atribuídos a cada profissional, aumentando a sobrecarga física e mental, o que obriga a um ritmo intenso no trabalho, agravadas pela hipersolicitação e pelas instruções pouco claras, e o tempo insuficiente para o cumprimento da tarefa (Gonçalves et al., 2018).

A tensão com o público é caracterizada como uma das consequências do atendimento ao público destes profissionais que, além de terem de lidar com situações de doentes graves ou até mesmo com os seus familiares e histórias de vida e doença bastante complexas, também são confrontados com queixas e reclamações do público, com as quais nem sempre é fácil de lidar (Furtado & Júnior, 2010; Serranheira et al., 2012).

Além destes fatores, à falta de meios e recursos para realizar um trabalho de qualidade, agravam as condições de trabalho, tornando-as desgastantes, física e emocionalmente, e mais propícia a desencadear de problemas de saúde física e mental (Castelôa et al., 2019; Silva et al., 2015; Silva et al., 2018).

Trata-se, portanto, de um conjunto de fatores psicossociais de risco que têm consequências ao nível do desgaste físico e mental em enfermeiros e, mais concretamente, no desenvolvimento de perturbações músculo-esqueléticas (Attar, 2014; Oliveira & Almeida, 2017; Soyler & Ozer, 2018).

A investigação nesta área revela-se fundamental para a compreensão dos riscos psicossociais que afetam os profissionais de enfermagem e avaliação das relações menos visíveis e menos óbvias entre o trabalho e a saúde. De facto, a melhor compreensão dos fatores de risco permite o desenvolvimento de práticas de intervenção, quer no plano individual, quer no plano organizacional de forma a prevenir e a promover a saúde e o bem-estar no trabalho.

REFERÊNCIAS

- Areces Rodríguez, S., & García Aranda, F.J. (2017). Occupational stressors in nurses working at hospitalization and critical care units. *Metas de enfermería*, 20(7), 56-61. <https://doi.org/10.35667/MetasEnf.2019.20.1003081124>

- Attar, S.M. (2014). Frequency and risk factors of musculoskeletal pain in nurses at a tertiary centre in Jeddah, Saudi Arabia: a cross sectional study. *BMC Res Notes*, 7(61). <https://doi.org/10.1186/1756-0500-7-61>
- Barros, C. (2017). Fatores psicossociais de risco no trabalho de hoje. In M. M. Roxo (Coord.). *Trabalho sem fronteiras? O papel da regulação* (pp 141-159). Almedina.
- Barros, C., Cunha, L., Oliveira, A., Baylina, P., & Rocha, A. (2017), Development and validation of a health and work survey based on the rasch model among portuguese workers. *Journal of Medical Systems*, 41(79), 1-9. <https://doi.org/10.1007/s10916-017-0727-2>
- Cargnin, Z. A., Schneider, D. G., Vargas, M.A., & Machado, R. (2019). Non-specific low back pain and its relation to the nursing work process. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 27 e3172. <https://doi.org/10.1590/1518-8345.2915.3172>
- Castelôa, L., Luís, S., Romeiro, T., & Oliveira, I. (2019). Prevalência das lesões músculo-esqueléticas relacionadas com o trabalho dos enfermeiros: Revisão integrativa. *Revista de Investigação & Inovação em Saúde*, 2(1), 63-74. <https://doi.org/10.37914/riis.v2i1.48>
- Freimann, T., Pääsuke, M., & Merisalu, E. (2016). Work-related psychosocial factors and mental health problems associated with musculoskeletal pain in nurses: A cross - sectional study. *Pain Research & Management*, 2016, Article 9361016. <https://doi.org/10.1155/2016/9361016>
- Furtado, B. M. A. S. M., & Júnior, J. L. C. A. (2010). Percepção de enfermeiros sobre condições de trabalho em sector de emergência de um hospital. *Acta Paulista de Enfermagem*, 23(2), 160-174. <https://doi.org/10.1590/S0103-21002010000200003>
- Gonçalves, A. Galvão, A., Escanciano, S., Pinheiro, M., & Gomes, M. (2018). Stress e engagement na profissão de enfermagem: Análise de dois contextos internacionais. *Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental*, (spe6), 59-64. <https://doi.org/10.19131/rpesm.0214>
- Hersch, R. K., Cook, R. F., Deitz, D. K., Kaplan, S., Hughes, D., Friesen, M. A., & Vezina, M. (2016). Reducing nurses' stress: a randomized controlled trial of a web-based stress management program for nurses. *Applied Nursing Research*, 32, 18-25. <https://doi.org/10.1016/j.apnr.2016.04.003>
- Jerónimo, J., & Cruz, A. (2014). Estudo da prevalência e fatores de risco de lesões músculoesqueléticas ligadas ao trabalho em enfermeiros. *Revista de investigação em Enfermagem*, 9, 35-46.
- Justo-Henriques, S. (2020). Contributo da psicologia da saúde na promoção de comportamentos salutogénicos em pandemia. *Psicologia, Saúde & Doenças*, 21(2), 297-310. <https://doi.org/10.15309/20psd210206>
- Ko, W., & Kiser-Larson, N. (2016). Stress levels of nurses in oncology outpatient units. *Clinical Journal of Oncology Nursing*, 20(2),158-64. <https://doi.org/10.1188/16.CJON.158-164>
- Machado, D., Figueiredo, N., Velasques, L. Bento, C., Machado, W., & Vianna, L. (2018). Cognitive changes in nurses working in intensive care units. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 71(1), 73-79. <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2016-0513>
- Moreira, S., Vasconcelos, L., & Santos, C. S. (2017). Sustainability of green jobs in Portugal: A methodological approach using occupational health indicators. *Journal of Occupational Health*, 59(5), 374-384. <https://doi.org/10.1539/joh.17-0045-RA>
- Oliveira, V. C., & Almeida, R. J. (2017). Aspectos que determinam as doenças osteomusculares em profissionais de enfermagem e seus impactos psicossociais. *Journal of Health Sciences*, 19(2), 130-135. <https://doi.org/10.17921/2447-8938.2017v19n2p130-135>.
- Oliveira, J., Pessoa Júnior, J., Miranda, F., Cavalcante, E., & Almeida, M. (2014). Stress of nurses in emergency care: A social representations study. *Online Brazilian Journal of Nursing*, 13(2), 150-157. <https://doi.org/10.5935/1676-4285.20144342>.

- Seabra, P., Lopes, J., Calado, M., & Capelas, M. (2019). A national survey of the nurses' mental health - The case of Portugal. *Nursing Forum*, 54(3), 425-433. <https://doi.org/10/1111/nuf.12350>
- Serranheira, F., Cotrim, T., Rodrigues, V., Nunes, C., & Sousa-Uva, A. (2012). Lesões musculoesqueléticas ligadas ao trabalho em enfermeiros portugueses: «Ossos do ofício» ou doenças relacionadas com o trabalho? *Revista Portuguesa Saúde Pública*, 30(2), 193-203. <https://doi.org/10/1016/j.rpsp.2012.10.001>
- Silva, A. P., Carvalho, E. S., & Cardim, A. (2017). Trabalho noturno na vida dos enfermeiros. *Revista de Enfermagem Contemporânea*, 6(2), 177-185. <https://doi.org/10/17267/2317-3378rec.v6i2.1292>
- Silva, M., Queirós, C., Cameira, M., Vara, N., & Galvão, A. (2015). Burnout e engagement em profissionais de saúde do interior-norte de Portugal. *Psicologia, Saúde & Doenças* 16(3), 286-298. <https://doi.org/10/15309/15psd160302>
- Silva, R., Lage, I., & Macedo, E. (2018). Vivências dos enfermeiros sobre morte e morrer em cuidados intensivos: uma reflexão fenomenológica. *Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental*, 20(20), 34-42. <https://doi.org/10/19131/rpesm.0224>
- Souza, J.D., Júnior, J.M.P., & Miranda, F. A. N. (2017). Stresse em serviço de urgência e os desafios para enfermeiros brasileiros e portugueses. *Revista de Enfermagem Referência*, IV(12), 107-116. <https://doi.org/10/12707/RIV16064>
- Soylar, P., & Ozer, A. (2018). Evaluation of the prevalence of musculoskeletal disorders in nurses: A systematic review. *Medicine Science*, 7(3), 479-85. <https://doi.org/10/5455/medscience.2017.06.8747>
- Srinivasan, K., & Samuel, U. (2014). Psychological problem factors faced by staff nurses working in hospitals. *IOSR Journal of Humanities and Social Science*, 19(3), 01-04. <https://doi.org/10/9790/0837-19320104>
- Starc, J. (2018). Stress factors among nurses at the primary and secondary level of public sector health care: The case of slovenia. *Macedonian Journal of Medical Sciences*, 6(2), 416-422. <https://doi.org/10/3889/oamjms.2018.100>
- Stumm, E., Oliveski, C., Costa, C., Kirchner, R., & Silva, L. (2008). Estressores e coping vivenciados por enfermeiros em um serviço de atendimento pré-hospitalar. *Cogitare Enfermagem*, 13(1), 33-43. <https://doi.org/10/5380/ce.v13i1.11949>