

## Trabalho, felicidade e saúde de técnicos de enfermagem

*Work, happiness and health of nursing technicians*

**Vicente de Almeida Brito<sup>1</sup>, Jussara Alves Pinheiro Sommer<sup>2</sup> e Dóris Cristina Gedrat<sup>3</sup>**

**Resumo:** Objetivou-se conhecer a influência do trabalho na percepção de felicidade e de saúde de técnicos de enfermagem de um município do interior do Rio Grande do Sul. Estudo descritivo e exploratório, com abordagem qualitativa. A coleta dos dados ocorreu durante o mês de dezembro do ano de 2020, por meio de uma entrevista semiestruturada, abordando a influência do trabalho na saúde e na percepção de felicidade. Os dados foram analisados por meio da técnica de Análise de Conteúdo na Modalidade Temática. Encontrou-se consenso na amostra estudada que a felicidade está diretamente ligada às atividades laborais e à saúde pessoal e dos familiares, apresentando outras variáveis em segundo plano. O conhecimento acerca de como os trabalhadores percebem a influência do trabalho em sua felicidade e saúde carece de atenção dos gestores e dos formuladores de políticas públicas para melhor condução destas, por meio de reflexões sobre o tema e a busca por estratégias que atuem em prol da saúde desses trabalhadores.

Palavras-chave: Saúde do trabalhador; Felicidade; Técnicos de enfermagem.

**Abstract:** The objective was to know the influence of work on the perception of happiness and health of nursing technicians in a city in the interior of Rio Grande do Sul. Descriptive and exploratory study, with a qualitative approach. Data collection took place during the month of December 2020, through a semi-structured interview, addressing the influence of work on health and the perception of happiness. The data were analyzed using the technique of Content Analysis in the Thematic Mode. A consensus was found in the studied sample that happiness is directly linked to work activities and personal and family health, with other variables in the background. Knowledge about how workers perceive the influence of work on their happiness and health lacks attention from managers and public policy makers to better conduct them, through reflections on the subject and the search for strategies that act in favor of public policy. health of these workers.

Keywords: Worker'shealth; Happiness; Nursingtechnicians.

<sup>1</sup> Mestre em Promoção da Saúde, Desenvolvimento Humano e Sociedade, Universidade Luterana do Brasil.  
E-mail: vicentebrito09@gmail.com

<sup>2</sup> Doutora em Geografia, Docente do Programa de Pós-Graduação em Promoção da Saúde, Universidade Luterana do Brasil.  
E-mail: jussara.sommer@ulbra.br

<sup>3</sup> Doutora em Linguística Aplicada, Docente Programa de Pós-Graduação em Promoção da Saúde, Universidade Luterana do Brasil. E-mail: doris.gedrat@ulbra.br

## Introdução

O ambiente de trabalho é o local onde o trabalhador passa a maior parte de sua vida produtiva no desempenho de suas atividades laborais e deve ser caracterizado pelo planejamento e execução de ações para promoção da saúde e segurança dos trabalhadores conforme a análise das atividades desempenhadas pelo profissional (Cardoso & Cesar-Vaz, 2028). Dentre as cargas de trabalho, as organizações normalmente visam cuidados diante da exposição aos agentes químicos, físicos e biológicos, e não valorizam os fatores de risco psicossociais, que acabam sendo negligenciados e insuficientemente compreendidos, pois são difíceis de serem mensurados e identificados de forma tão objetiva como os demais riscos ambientais (Bedin & Zamarchi, 2019; Heijden & Mahoney, 2019).

A inadequada carga de trabalho acarreta desequilíbrios na saúde dos trabalhadores, diminui a capacidade para tomada de decisões e resoluções de problemas necessários na rotina laboral, podendo desenvolver doenças ocupacionais (Duhoux et al., 2017; Duchaine et al., 2018). Especialmente, as especificidades laborais da enfermagem propiciam condições desfavoráveis à saúde, por apresentarem turnos extensos, funções múltiplas, repetitividade de tarefas, com ritmo e intensidade elevados (Rodrigues et al., 2016). Assim, as atividades relacionadas aos cuidados de enfermagem apresentam os seus próprios fatores de risco para doenças ocupacionais, entre as quais destacam-se aquelas referentes à saúde mental com quadros patológicos de depressão, ansiedade e estresse, como o *burnout*, prevalentes em técnicos de enfermagem (Chinelli, Vieira & Scherer, 2019).

O trabalho pode influenciar desfavoravelmente na saúde mental do trabalhador (Chevance et al., 2020) e gerar agravos que se apresentam associados aos problemas osteomusculares, dificultando a recuperação e a reinserção do trabalhador no mercado de trabalho (Benzoni, 2028). Por isso, é imprescindível que os gestores possam compreender que as cargas de trabalho, quando se apresentam inadequadas, podem promover o adoecimento e a baixa efetividade das ações desenvolvidas. A organização do trabalho deve possibilitar ações que fomentem a promoção da saúde e a percepção de felicidade de seus trabalhadores, reduzindo os desgastes físicos e mentais (Luthans & Youssef-Morgan, 2017).

O conceito de felicidade, conforme tratado nesta pesquisa, relaciona-se às crenças, emoções e comportamento de cada indivíduo e, portanto, a fatores internos, como sentimentos positivos, e não tanto a fatores e acontecimentos externos ao indivíduo. Sarriera e Bedin (2017) compreendem felicidade como bem-estar subjetivo, propondo para o tema uma abordagem multidimensional, considerando o ser humano imerso no seu contexto, levando em conta os aspectos físicos, psicológicos, psicossociais, sociais morais e espirituais, partindo do princípio do indivíduo como ser integral. Assim, a percepção de felicidade diz respeito à percepção que as pessoas têm sobre suas vidas, reconhecendo aquilo que acreditam ser bom para elas. Trata-se de uma consequência da relação entre questões internas e interações com o meio.

A felicidade no trabalho envolve o aspecto pessoal e o ambiente de trabalho, sendo a primeira condição constituída por fatores como a genética, a consciência e a motivação perante a vida, enquanto a segunda abrange as circunstâncias proporcionadas pela organização do trabalho. Esses dois aspectos precisam estar em sinergia para um cotidiano de trabalho saudável (Castrillón, Quintero & Gañan, 2014).

Além disso, a presente pesquisa foi realizada em meio à pandemia da COVID-19, o que exigiu novos enfrentamentos por parte dos profissionais

todas as áreas, especialmente os da área da saúde. A forma epidemiológico-co-sanitária encontrada para conter a disseminação da COVID-19 no âmbito internacional, com diferentes reações prioritárias nas políticas públicas no mundo, foi o distanciamento social, a higienização das mãos e o uso de máscaras. Geralmente, a repercussão clínica e comportamental desta obrigação implica mudanças no estilo de vida e pode afetar a saúde mental dos cidadãos (Malta & Gracie, 2020) e, consequentemente, sua percepção de felicidade.

Neste sentido, o presente estudo tem por objetivo conhecer a influência do trabalho na percepção de felicidade e de saúde de técnicos de enfermagem de um município do interior do Rio Grande do Sul, considerando que os problemas de saúde mental desses trabalhadores podem ocasionar o absenteísmo, reduzir a qualidade dos serviços prestados e pôr em risco a vida dos pacientes.

## Metodologia

Trata-se de um estudo descritivo e exploratório, com abordagem qualitativa. O cenário da pesquisa foram cinco Unidades de Saúde compostas por um Posto de Pronto Atendimento com funcionamento 24 horas, três Unidades de Estratégia Saúde da Família e uma Unidade Básica de Saúde, situadas na área urbana de um município do litoral norte do Rio Grande do Sul.

A escolha do cenário justifica-se pela busca por conhecer a influência do trabalho na percepção de felicidade e de saúde de técnicos de enfermagem, visando identificar como esses trabalhadores veem o seu trabalho e quais são os obstáculos e as facilidades para a sua realização. Os participantes eram servidores públicos, de ambos os sexos, no cargo de técnicos de enfermagem e estavam exercendo atividades inerentes à assistência em saúde, ou seja, em contato direto com pacientes.

Empregaram-se como critérios de inclusão do estudo: encontrar-se no exercício da função por tempo igual ou maior a três anos, incluindo servidores em afastamento por qualquer natureza, e aceitar participar da pesquisa. Foi critério de exclusão: não estar realizando atividades de assistência em saúde, como, por exemplo, desvio de função para atividades administrativas.

A coleta dos dados ocorreu durante o mês de dezembro do ano de 2020, por meio de uma entrevista semiestruturada abordando a influência do trabalho na saúde e na percepção de felicidade. No primeiro momento, ocorreu a apresentação dos objetivos da pesquisa e dos princípios éticos previstos para a sua realização. Em seguida, foram agendados o local, data e horário de acordo com a disponibilidade dos participantes para a realização das entrevistas. A maioria destas foi realizada nos respectivos locais de trabalho, durante as jornadas laborais, mantendo-se a privacidade dos entrevistados. Nesse momento, também se estabeleceram nomes fictícios para garantir o anonimato dos participantes. Neste estudo, o único sintoma osteomuscular avaliado foi a dor musculoesquelética dos últimos sete dias, cuja intensidade foi quantificada pela EVA, que consiste em uma linha horizontal de 100 mm, em que zero representa ausência de dor e 10 dor intensa (Santos, Raposo & Melo, 2021).

As entrevistas foram gravadas e, posteriormente, transcritas na íntegra para análise e interpretação dos dados coletados. Os dados foram analisados por meio da técnica de Análise de Conteúdo na Modalidade Temática (Minayo, 2014), que propõe a ordenação dos dados, a classificação dos dados e a análise final dos dados. Na ordenação dos dados, foi estabelecido um mapeamento de todos os dados obtidos no trabalho de campo. A classificação dos dados foi construída a partir de um questionamento sobre os dados, com base

numa fundamentação teórica. Através de uma leitura dos textos estabeleceram-se interrogações para identificar o que surgiu de relevante. Na análise final, instituíram-se articulações entre os dados e os referenciais teóricos sobre a pesquisa, respondendo as questões da pesquisa com base em seus objetivos.

A pesquisa seguiu os preceitos das Resoluções nº 466/2012 e nº 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde do Ministério da Saúde, tendo aprovação do Comitê de Ética, CAAE 67005217.1.0000.5349, de 30 de outubro de 2020. Os participantes assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido após concordarem com os propósitos da pesquisa, a qual preconiza que os dados coletados serão armazenados pelo período de cinco anos, em seguida, serão descartados adequadamente.

## Resultados e discussão

### Caracterização dos entrevistados

Foram contatados 28 servidores públicos no cargo de técnico de enfermagem, destes 3 optaram por não participarem da pesquisa e 9 foram excluídos pelos critérios de exclusão. Portanto, foram entrevistados 16 indivíduos (Figura 1).

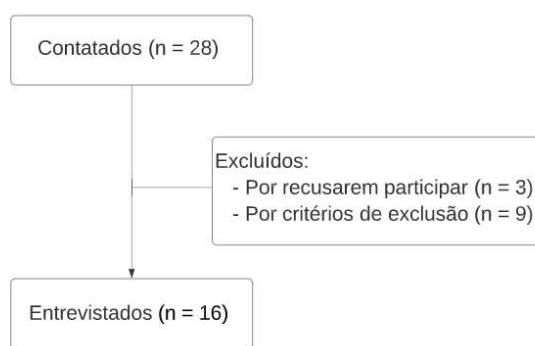


Figura 1: Fluxograma de seleção dos entrevistados.

Dentre os entrevistados, 81,25% (13) são do sexo feminino e 18,75% (3) do sexo masculino, com média de idade de 48,12 ( $DP=7,89$ ) anos. A maioria de cor branca (93,75%) e residente no mesmo município onde atuam (81,25%), com a média de índice de massa corporal (IMC) de 28,95 ( $DP=4,32$ ) (Tabela 1).

Tabela 1: Distribuição dos dados relacionados à caracterização dos entrevistados (n = 16)

Variáveis	n = 16
Idade em anos (média + DP)	48,12 ± 7,89
<b>Sexo, n (%)</b>	
Masculino	3 (18,75)
Feminino	13 (81,25)
<b>Cor da pele, n (%)</b>	

Variáveis	n = 16
Branco	15 (93,75)
Preto	1 (6,25)
IMC (média + DP)	28,95 ± 4,32
<b>Residência, n (%)</b>	
Município onde trabalha	13 (81,25)
Municípios vizinhos	3 (18,75)

DP: Desvio Padrão; IMC: Índice de Massa Corporal

No que tange à escolaridade, 87,5% (14) possuem ensino médio e 12,5% (2) o ensino superior completo. Permanecem no cargo de técnico de enfermagem porque ainda não tiveram oportunidade para atuar nas suas áreas de graduação (Tabela 2).

Sobre o tempo de exercício na profissão, apresentam uma média de 20,81 ( $DP=7,72$ ) anos. Dos participantes, 31,25% (5) realizam jornada dupla de trabalho. Em regime contratual celetista 56,25% (9) e em regime contratual estatutário 43,75% (7) dos entrevistados (Tabela 2).

Tabela 2: Distribuição dos dados relacionados à profissão (n = 16)

Variáveis	n = 16
<b>Escolaridade, n (%)</b>	
Ensino médio	14 (87,5)
Ensino superior completo	2 (12,5)
Tempo na profissão (média + DP)	20,81 ± 7,72
<b>Regime contratual, n (%)</b>	
Estatutário	7 (43,75)
Celetista	9 (56,25)
<b>Empregos, n (%)</b>	
Um	11 (68,75)
Dois	5 (31,25)

DP: Desvio Padrão

Na investigação sobre presença de dor, 75% (12) relataram sentir dor. Desses, 83,33% (10) apontaram a localização da dor na região lombar, 8,33% (1) nos membros inferiores e 8,33% (1) no membro superior direito. Sobre a intensidade da dor, conforme a Escala Visual Analógica, 50% (6) dos participantes relataram sentir o nível de dor entre 6 e 9 pontos, enquanto os outros 50% (6) referiram entre 2 e 5 pontos (Tabela 3).

O uso de medicação contínua foi presente em 62,5% (10) dos participantes, que usam analgésicos, anti-hipertensivos, hipoglicemiantes orais e antidepressivos. O afastamento do trabalho por motivos de cuidados à saúde já aconteceu com 62,5% (10) dos participantes (Tabela 3).

Sobre a qualidade do sono, 50% (8) apresentam boa qualidade do sono, 43,75% (7) média qualidade do sono e 6,25% (1) má qualidade de sono (Tabela 3).

Tabela 3: Distribuição dos dados relacionados à dor e sono (n =16)

Variáveis	n = 16
<b>Sente dor, n (%)</b>	
Sim	12 (75)
Não	4 (25)
<b>Local da dor, n (%)</b>	
Costas	14 (83,33)
Membros inferiores	1 (8,33)
Membros superiores	1 (8,33)
<b>Intensidade da dor, n (%)</b>	
Entre 6 a 9 pontos	8 (50)
Entre 2 a 5 pontos	8 (50)
<b>Medicação de uso contínuo, n (%)</b>	
Sim	10 (62,5)
Não	6 (37,5)
<b>Afastamentos do trabalho, n (%)</b>	
Sim	10 (62,5)
Não	6 (37,5)
<b>Qualidade do sono, n (%)</b>	
Boa	8 (50)
Média	7 (43,75)
Má	1 (6,25)

A caracterização do perfil dos entrevistados nesta pesquisa correspondeu ao perfil da classe profissional conforme estudos recentes (Carvalho et al., 2019; Moura, Martins & Ribeiro, 2019; Matoso & Oliveira, 2019) por apresentar a maioria de trabalhadores do sexo feminino, com escolaridade de ensino médio, contrato de trabalho no regime celetista. O IMC correspondeu à categoria de sobre peso, segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), para ambos os sexos. No entanto, a média de idade de 48,12 (DP=7,89) foi acima da média encontrada por esses estudos, os quais apresentaram a idade de seus participantes abaixo de 41 anos.

A descrição da dor também está em concordância com outros estudos, já que evidenciou a presença de dor e a prevalência desta na região lombar em profissionais da enfermagem (Moura, Martins & Ribeiro, 2019; Cargnin, Schneider, Vargas & Machado, 2019), associando-se à presença de fatores relacionados ao ambiente de trabalho, que podem comprometer a saúde e a qualidade de vida dos profissionais (Junior et al., 2020).

Além disso, trata-se de trabalhadores que recebem pouco preparo para enfrentar suas demandas emocionais e as dos pacientes acometidos por distintos problemas de saúde junto a seus familiares. Os técnicos de enfermagem atuam num grau maior de interação com os pacientes, convivendo diariamente com o manejo da dor, do sofrimento e da morte destes, sem nenhum suporte para vigiar essa exposição a cargas psíquicas que, somadas às outras condições ruins de trabalho, podem proporcionar agravos importantes à saúde mental, com sintomas nos âmbitos físico e mental (Silva et al., 2017). Nessa perspectiva, a seguir apresentamos a percepção dos entrevistados sobre a influência do trabalho na própria saúde.

### Influência do trabalho na saúde

Sobre a influência do trabalho na saúde, as entrevistas apontaram duas categorias temáticas: *influência do trabalho na vida pessoal* e *consequências das cargas de trabalho na saúde*.

Os entrevistados demonstraram que a *influência do trabalho na vida pessoal* ocorre principalmente porque a cidade onde residem e trabalham é de pequeno porte, onde a identidade pessoal é substituída pela atividade laboral que exercem, tornando o trabalho o identificador do indivíduo. Bianca relata que "... as pessoas nos identificam pela profissão e o local de trabalho, e não pelo nome". Ainda percebe-se nas entrevistas que o contato com a comunidade é constante e facilitado devido às características demográficas da região e pelo fato das "... pessoas saberem onde moro... acabam vindo até minha casa, isso tira um pouco a privacidade, como todos aqui se conhecem, nos veem como referência, as vezes ela é positiva, outras negativa" (Jéssica). A associação do trabalho à identidade e à privacidade da privacidade formam um cenário de conflito no sujeito, dificultando discernir que embora a vida e o trabalho ocorram simultaneamente e como um todo, o trabalho apresenta suas jornadas específicas e deve ser dissociado dos momentos de lazer (Ospina YAM, et al., 2020).

A relação trabalho e saúde requer uma relação harmoniosa dos indivíduos com seus trabalhos e as comunidades envolvidas (Ospina YAM, et al., 2020). No entanto, para a maioria dos entrevistados essa harmonia ainda não está bem estabelecida e gera falta de privacidade para o desenvolvimento das atividades de vida diária, conforme expresso por Carmem quando cita que "conhecer muitas pessoas... às vezes dá vontade de ir para algum lugar que ninguém te conhece" para poder viver com liberdade. Para 81% dos entrevistados a influência do trabalho na vida pessoal ocorre pela ausência de privacidade e pela falta de uma identidade desvinculada da profissão.

Também foram relatados como motivos que fazem o trabalho influenciar negativamente na vida pessoal: os baixos salários, jornadas longas e déficit de profissionais para as demandas. Esses resultados corroboram Santos (Santos et al., 2020), ao identificar que essas são condições que sobrecarregam e desestimulam os trabalhadores devido à precarização do trabalho, provocando consequências para a vida pessoal dos trabalhadores de enfermagem por longas jornadas e baixos salários, reduzido o quadro de trabalhadores e cobranças de versatilidade e flexibilidade para o desempenho diário (Santos et al., 2020).

Sobre as *consequências das cargas de trabalho na saúde*, 94% das entrevistas referiram que estas transcorrem em cansaço físico e mental, assim como no distanciamento de seus familiares e do lazer. Conforme Rita, as dimensões do trabalho vão além da jornada de trabalho, pois promovem demandas antes e depois do horário de trabalho, que se constituem na preparação, deslocamento e assimilação dos eventos ocorridos naquele turno "... com aspectos positivos e negativos tais como óbitos... tudo isso afasta da convivência com a família...". Essa convivência é necessária para que o trabalhador tenha um tempo para se organizar física e mentalmente após a jornada de trabalho.

Para Vivian as cargas de trabalho presentes atualmente proporcionam rotinas que "... às vezes são bem difíceis, chego em casa com dor de cabeça e cansada, é muito esgotante". Concordando com os demais colegas ao descreverem suas angústias com as inadequadas condições perante os riscos biológicos, mecânicos e psíquicos, que estão comumente presentes na enfermagem. Todavia, precisam ser identificados para subsidiar ações que minimizem o desgaste gerado à saúde do trabalhador. A gestão em saúde deve escutar os trabalhadores para organizar e planejar a estrutura física adequada, o número

de trabalhadores suficientes para o desenvolvimento das atividades, buscando evitar que os trabalhadores permaneçam longos períodos em atuação e que sofram cargas de trabalho inadequadas (Carvalho et al., 2019).

Ao descreverem as cargas de trabalho, os entrevistados manifestaram suas preocupações com os riscos biológicos, entre os quais predomina o contato com micro-organismos entre os profissionais da saúde, colaboradores e pacientes, o que se agravou devido à pandemia da COVID-19. As ações mecânicas estiveram associadas ao ambiente de trabalho e foram identificadas, predominantemente, pela transferência de cadeirantes e condições ergonômicas inadequadas de macas e cadeiras para os procedimentos de enfermagem. Já as cargas de trabalho psíquicas foram as mais significativas, oriundas do excesso de demanda, da dificuldade nas relações interpessoais entre colegas e das falhas na gestão. Estudo recente na área da enfermagem mostra que as cargas de trabalho psíquicas são responsáveis pelo maior desgaste desses trabalhadores, acarretando disfunções corporais como insônia e ansiedade, o que potencializa o desgaste físico e mental (Mendes et al., 2020). Entre os entrevistados, 50% também relataram uma média e má qualidade do sono.

O sofrimento oriundo das consequências das cargas de trabalho psíquicas afeta a saúde mental e é responsável pela maior parte dos afastamentos dos técnicos de enfermagem, sendo o sexo feminino o mais predominante, bem como a faixa etária entre 31 a 40 anos. Em relação aos transtornos mentais e comportamentais que motivam os afastamentos, predominam os episódios depressivos, seguidos pelo transtorno misto ansioso e depressivo e pela ansiedade generalizada (Oliveira et al., 2019). Nos relatos dos entrevistados podemos identificar a necessidade de suporte para a manutenção da saúde mental, ao encontrarmos relatos como o da Taís ao dizer que a sua "...saúde mental está ficando cansada, ando esgotada".

São necessárias estratégias que promovam a saúde mental desses trabalhadores a fim de prevenir riscos para transtornos mentais e comportamentais, inclusive para o suicídio. É preciso executarem-se abordagens que reconheçam a vulnerabilidade da enfermagem como força de trabalho nos sistemas de saúde, reconhecendo que esses sujeitos, por passarem grandes períodos desenvolvendo suas atividades laborais, devem sentir prazer em desempenhá-las e satisfação com a instituição à qual estão vinculados. Pois, segundo Amélia, essa é uma profissão que "*cuida da saúde dos outros e esquece da própria saúde*". É necessário repensar as políticas de saúde do trabalhador para o profissional de enfermagem, visando a promoção da saúde e verificação dos aspectos relacionados à felicidade desses trabalhadores no ambiente laboral, por meio da investigação de suas percepções sobre a organização do trabalho. Assim, a seguir apresentamos a percepção dos entrevistados sobre a influência do trabalho na percepção de sua felicidade.

### Influência do trabalho na percepção de felicidade

Sobre a influência do trabalho na percepção de felicidade, as entrevistas apresentaram duas categorias temáticas: *descrição de felicidade* e *influência do trabalho na percepção de felicidade*. Todos os entrevistados descreveram a felicidade diretamente relacionada com a saúde e com o trabalho, acrescida por variáveis que apareceram em menor proporção, como renda, família, rede de amizades, religiosidade e lazer. Também relataram que a felicidade depende de fatores materiais e relacionais, embora em 75% dos entrevistados esses dois tenham sido associados, conforme Carla, ao dizer que a "*felicidade é ter saúde, tranquilidade e sossego, com um bom relacionamento entre os familiares e os amigos... ter boas condições financeiras para viver*". Isso vai

ao encontro de outros estudos que também apresentaram a associação dos fatores materiais e relacionais ao descreverem que felicidade parte de ter um parceiro de vida, família, lazer, amigos, e passa pela felicidade no trabalho, por ser um local de relações interpessoais, elevado tempo de permanência e fonte de subsídios financeiros para as demais atividades (Garcia, Perea & Junco, 2019; Del Bianco et al., 2016).

O bem-estar subjetivo, a felicidade, diz respeito à avaliação subjetiva da qualidade de vida, servindo para investigar como e por qual motivo as pessoas encaram suas vidas positivamente, segundo Giacomoni (2004). A autora apoia-se na teoria de que a felicidade é complementada pelo componente cognitivo que é a satisfação com a vida e que esta estaria ancorada no equilíbrio da diferença entre afetos positivos e afetos negativos. Scorsolini-Comin e Santos (2010) confirmam que a diferença entre os afetos corresponderia à felicidade e ambos os afetos seriam vivenciados diariamente em diversas situações e intensidades. O trabalho é uma dessas situações, à qual o indivíduo dedica grande parte do seu tempo, consistindo em fonte de satisfação e afetos, que podem ser predominantemente positivos ou negativos.

O trabalho foi mencionado por todos os entrevistados como fundamental para a felicidade, tanto que Mônica relatou que "*felicidade é trabalhar no que a gente se sente bem, no que gosta, poder ter uma vida saudável*". A felicidade é construída pela conciliação dos aspectos pessoais e do meio ambiente no qual o indivíduo está inserido. No primeiro caso, dependem da genética e de fatores da própria personalidade, enquanto no segundo caso se enquadram às circunstâncias que a empresa proporciona ao trabalhador (Ramírez-Gañan, Orozco-Quintero & Garzón-Castrillón, 2020). Mesmo que a felicidade seja dependente do contexto em que é vista, do momento de vida de cada um e de suas aspirações, ela é influenciada pelo trabalho por meio de sentimentos de pertencimento à instituição, de satisfação com as atividades laborais e organizacionais, de tal maneira que concilie o comprometimento para o próprio sucesso com o da empresa (Sender & Fleck, 2017).

Foi unânime o relato sobre a importância da saúde própria e dos familiares para a construção da felicidade. Na literatura a saúde e a felicidade também são apresentadas como duas dimensões que se encontram frequentemente associadas (Chang, Han & Cho, 2020; Alonso et al., 2019). Conforme Jéssica "...ter saúde já é uma felicidade", e na mesma perspectiva dos demais entrevistados Marina diz que "... não ter preocupações com remédios e doenças possibilita que a vida seja mais feliz... fico mais satisfeita com a vida." Para Vivian "é importante saber aproveitar e valorizar todos momentos da vida, a felicidade está no presente! Temos que entender o que passou e não criar sonhos exagerados para o futuro... o importante é ter saúde e viver junto com as pessoas que amamos."

Sobre a *influência do trabalho na percepção de felicidade*, o trabalho foi apontado por 81% dos entrevistados como um fator de influência na percepção de felicidade de forma negativa devido às relações interpessoais desajustadas e por sobrecargas de trabalho que invadem as atividades pessoais de lazer e sociais. Ainda foram citadas em menor proporção: a falta de valorização profissional, considerando questões financeiras e morais; a gestão do serviço por falta de recursos materiais e pessoais e as desigualdades de condutas perante a comunidade e os servidores, com privilégios para alguns. Para 19% dos entrevistados o trabalho foi relatado como um fator que influencia positivamente para a percepção de felicidade, pois permite a autorrealização profissional e a solidariedade em prestar assistência à comunidade.

Os entrevistados relataram que "... o trabalho invade o âmbito familiar" (Jorge) porque os impactos físicos e mentais perduram após o turno laboral gerando indisposição e irritabilidade nas relações familiares. Carla relatou que suas atividades de lazer e sociais são escassas por estar "... cansada e esgotada, trabalho há 6 anos sem férias e trabalho como técnica de enfermagem, secretária, faço de tudo um pouco aqui ...", pois o reduzido quadro de funcionários exige que suas atividades excedam as competências e responsabilidades de sua profissão. Os achados da presente pesquisa ratificam que a enfermagem precisa receber maior atenção dos gestores quanto aos aspectos organizacionais e condições para prestar os serviços. A sobrecarga de atividades, exposição a situações de risco e déficit no quadro de funcionários das empresas devem ser estudados para um planejamento de ações para diminuir essas fragilidades e maximizar os potenciais de trabalho para a promoção da saúde física e mental dessa classe de trabalhadores (Pereira et al., 2020).

Também referiram que a percepção de felicidade propaga-se em torno da convivência entre colegas, sendo que a organização administrativa não dispõe de escalas fixas de trabalho, havendo alternância dos membros da equipe constantemente. Para Carolina "... dependendo da equipe de trabalho a felicidade é maior ou menor". As relações interpessoais no trabalho influenciam na sensação de felicidade, e as pessoas estão passando a maior parte do seu tempo no ambiente de trabalho, assim realizar pesquisas sobre fenômenos relacionados à felicidade no trabalho é relevante e imprescindível para a promoção da saúde dos trabalhadores (Ribeiro & Narbal, 2018).

Portanto, pôde-se observar que o trabalho aparece como elemento fundamental na descrição de felicidade para esses entrevistados, no entanto, a maioria deles descreveu uma influência negativa do trabalho na sua felicidade. O desequilíbrio entre esse componente da construção da felicidade e a sua realidade cotidiana demonstraram a necessidade de estratégias que visem condições para melhora da percepção de felicidade desses entrevistados perante o ambiente de trabalho. Pois, a inadequada condição de trabalho favorece o absenteísmo, a insatisfação com a profissão exercida e doenças ocupacionais (Mendes et al., 2020), conforme verificou-se nos dados de caracterização dessa amostra, em que 70% dos entrevistados referiram sentir dor, 62,5% já tiveram afastamentos do trabalho por motivos de saúde e 62,5% afirmaram utilizar medicamentos continuamente.

## Considerações finais

A felicidade é entendida como satisfação da pessoa com a sua própria vida e como vivencia essa experiência no presente, administrando as experiências passadas a as perspectivas para o futuro (Ribeiro & Narbal, 2018). Mesmo que o termo *bem-estar subjetivo* apareça para alguns autores como sinônimo de *felicidade*, esses dois termos apresentam distinções devido às suas especificidades. O primeiro é considerado mais instável, relacionado a contextos momentâneos e transitórios, enquanto o segundo é mais abrangente, estável e recorrente. Por mais que os termos, por vezes, sejam tratados como sinônimos, é pertinente considerar que o conceito de felicidade transcende o de bem-estar subjetivo (Ribeiro & Narbal, 2018). Assim, a felicidade foi objeto de estudo desta pesquisa por apresentar caráter de maior perenidade e estar associada à saúde dos trabalhadores de forma positiva ou não.

Mesmo que a felicidade seja algo de difícil mensuração, uma vez que difere em grau, estágio e fontes para cada indivíduo, encontra-se consenso na amostra estudada que a felicidade está diretamente ligada às atividades

laborais e à saúde pessoal e dos familiares, apresentando outros parâmetros em segundo plano. A influência do trabalho na percepção de felicidade mostrou-se desfavorável à percepção de felicidade por sobrecargas psicossociais, que também estiveram presentes na percepção da influência do trabalho na saúde dos entrevistados.

As cargas de trabalho intensificam-se conforme a precarização das condições de trabalho e podem gerar insatisfação, desgastes físicos e mentais que evoluem para o adoecimento dos profissionais da saúde. O trabalho da enfermagem compreende um papel importante para a comunidade e, desta forma, outras investigações em realidades diferentes devem ser executadas para contribuir com o conhecimento sobre as cargas de trabalho perante a enfermagem no Brasil.

Conhecer como esses trabalhadores percebem a influência do trabalho na sua felicidade e saúde carece de atenção dos gestores e dos formuladores de políticas públicas para melhor condução dessas, por meio de reflexões sobre o tema e a busca por estratégias que atuem em prol da saúde desses trabalhadores. Consequentemente, a melhor percepção de saúde e felicidade desses trabalhadores também promoverá melhora da qualidade dos serviços prestados à comunidade e diminuição dos índices de absentismo.

Denota-se que os resultados são focais e representativos de um município de pequeno porte. Ressalta-se que por ser um estudo de caráter qualitativo, pode-se aprofundar a natureza dos dados, explorando-os com mais profundidade, visando contribuir para futuros estudos sobre a saúde dos trabalhadores.

## Referências

- Alonso, R. Q., Isidoro, S.G. Rebollo, E.C. & López O.A. (2019). Visión de La felicidad de profesionales de Enfermería em el desarrollo de supráctica profesional. *Metas de enfermera*, 22 (3), 5-10. Recuperado de <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lbc-183524>
- Bedin, L.M. & Zamarchi, M. (2019). Florescimento no trabalho: revisão integrativa da literatura. *Rev. Psicol. Organ. Trab.* 19(1), 549-554. doi: 10.17652/rpot/2019.1.15093
- Benzoni, P. E. (2018). A influência do estresse na condição de afastamento do trabalho por distúrbios osteomusculares. *Revista Interinstitucional de Psicologia*, 11(2), 294-305. doi: 10.36298/gerais2019110208
- Cardoso, L.S & Cezar-Vaz, M.R. (2018). Elementos do processo comunicacional no trabalho da rede de saúde do trabalhador. *Index Enferm*, 27(4), 196-200. Recuperado de [https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1132-12962018000300004&script=sci\\_arttext&tlang=pt](https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1132-12962018000300004&script=sci_arttext&tlang=pt)
- Cargnin, Z.A., Schneider, D.G., Vargas, M.A.O. & Machado, R.R. (2019). Dor lombar inespecífica e sua relação com o processo de trabalho de enfermagem. *Rev. Latino-Am. Enfermagem*, 27, e3172. doi: 10.1590/1518-8345.2915.3172
- Carvalho, D.P., Rocha, L.P., Pinho, E. C, Tomaschewski-Barlem, J.G., Barlem, E.L.D. & Goulart, L.S. (2019). Cargas de trabalho e os desgastes à saúde dos trabalhadores da enfermagem. *Ver Bras Enferm*, 72(6), 1510-6. doi: 10.1590/0034-7167-2017-0659
- Castrillón, M.A.G., Quintero, D.O. & Gañan, E.R.A. (2020). Management of happiness, subjective well-being and job satisfaction. *Dimensión Empresarial*, 18(2). doi: 10.15665/dem.v18i2.2057
- Chang, S., Han, K. & Cho, Y. (2020). Association of Happiness and Nursing Work Environments with Job Crafting among Hospital Nurses in South Korea. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(11), 4042. doi 10.3390/ijerph17114042

- Chevance, A.M., Daouda, O.S., Salvador, A, Légeron, P., Morvan, Y., Saporta, G., ... & Gaillard, R. (2020). Work-related psychosocial risk factors and psychiatric disorders: A cross-sectional study in the French working population. *PLoS One*, 15 (5), e0233472. doi: 10.1371/journal.pone.0233472
- Chinelli, F., Vieira, M. & Scherer, M.D.A. (2019). Trajetórias e subjetividades no trabalho de técnicos de enfermagem no Brasil. *Laboreal*, 15(1), 1-17. doi: 10.4000/laboreal.1661
- Del Bianco, T.S., Souza, E.L.C., Oliveira, N.S.M.N. & Shikida, P.F.A. (2016). A felicidade da população trabalhadora de Cascavel/PR segundo a métrica do índice de Felicidade Interna Bruta. *Rev. Bras. Gest. Urbana*, 8(3), 390-406. doi: 10.1590/2175-3369.008.003.A008
- Duhoux, A., Menear, M., Charro, M., Lavoie-Tremblay, M & Alderson, M. (2017). Interventions to promote or improve the mental health of primary care nurses: a systematic review. *J Nurs Manag*, 25(8), 597-607. doi: 10.1111/jomn.12511
- Duchaine, C., Gilbert-Ouimet, M., Aubé, K., Vezina, M., Ndjaboue, R., Trudell, X., ... & Brisson, C. (2018). Effect of psychosocial work factors on the risk of certified absences from work for a diagnosed mental health problem: a protocol of a systematic review and meta-analysis of prospective studies. *BMJ Open*, 8(10), e025948. doi: 10.1136/bmjopen-2018-025948
- Garcia, C.R., Perea, J.G.A. & Junco, J.G.D. (2019). La felicidad nel trabajo: validación de una escala de medida. *Rev. Adm. Empres*, 59(5), 327-340. doi: 10.1590/S0034-759020190503
- Giacomoni, C.H. (2004). Bem-estar subjetivo: em busca da qualidade de vida. *Temas em Psicologia da SBP Ribeirão Preto*, 12 (1), 43–50. Recuperado de <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/tp/v12n1/v12n1a05.pdf>.
- Heijden, B.V.D., Mahoney, C.B. & Xu, Y. (2019). Impact of Job Demands and Resources on Nurses' Burnout and Occupational Turnover Intention Towards an Age-oderated Mediation Model for the Nursing Profession. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 16(11), 1-22. doi: 10.3390/ijerph16112011
- Junior, J.R.C., Cordioli, D.F.C., Gazetta, C.E., Silva, A.G & Lourenço, L.G. (2020). Quality of life and osteomuscular symptoms in workers of primary health care. *Rev. Bras. Enferm.* 73(5), e20190054. doi: 10.1590/0034-7167-2019-0054
- Luthans, F. & Youssef-Morgan, C.M. (2017). Psychological Capital: Na Evidence-Based Positive Approach. *Annual Review of Organizational Psychology and Organizational Behavior*, 4(1), 339–366. doi: 10.1146/annurev-orgpsych-032516-113324
- Malta, D.C. & Gracie, R. (2020). A pandemia da COVID-19 e as mudanças no estilo de vida dos brasileiros adultos: um estudo transversal, 2020. *Epidemiol. Serv. Saude, Brasília*, 29(4): e2020407. doi: 10.1590/S1679-49742020000400026
- Matoso, L.M.L. & Oliveira, A.M.B. (2019). Perfil epidemiológico do estresse de profissionais de enfermagem de um hospital. *Revista de Gestão e Sistemas de Saúde*, 8 (2), 165-176. Recuperado de <https://periodicos.uninove.br/revistargss/article/view/14926>
- Mendes, M., Trindade, L.L., Pires, D.E.P., Biff, D., Martins, M.M.F.P.S & Vendruscolo, C. (2020). Cargas de trabalho na Estratégia Saúde da Família: interfaces com o desgaste dos profissionais de enfermagem. *Ver Esc Enferm*, 54, e03622. doi: 10.1590/S1980-220X2019005003622
- Minayo, M.C.S. (2014). *O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde*. 14 ed. São Paulo: Hucitec.
- Moura, M.I.R.L., Martins, M.M.F.P.S. & Ribeiro, O.M.P.L. (2019). Sintomatologia musculoesquelética dos enfermeiros no contexto hospitalar: contributo do enfermeiro de reabilitação. *Rev. Enf. Ref.*, 4 (23), 121-131. Recuperado de <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1098638>
- Oliveira, D.M., Alencar, N.M.B.M., Costa, J.P., Fernandes, M.A., Gouveia, M.T.O. & Santos, J.D.M. (2019). Afastamento do trabalho por transtornos mentais e comportamentais entre profissionais de enfermagem. *Revista Cuidarte*, 10 (2), e631. doi: 10.15649/cuidarte.v10i2.631
- Ospina, Y.A.M., Higuita, Y.H., Mazo, D.P.G., Ceballos, D.A.G & Velásquez, M.L.S. (2020). Derecho a la salud em el trabajo: vulneración y fragmentación em su comprensión y materialización. *Hacia Promoc. Salud*, 25(1), 44-59.
- Pereira, A.B., Martins, J.T., Ribeiro, R.P., Galdino, M.J.Q., Carreira, L., Kario, M.E. & Aroni, P. (2020). Fragilidades e potencialidades laborais: percepção de enfermeiros do serviço móvel de urgência. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 73(5), e20180926. doi: 10.1590/0034-7167-2018-0926
- Ramírez-Gañan, A.E., Orozco-Quintero, D. & Garzón-Castrillón, M.A. (2020). Gestión de la felicidad, bienestar subjetivo y la satisfacción laboral. *Dimensión Empresarial*, 18 (2), 118-138. Recuperado de <https://vlex.com.co/vid/gestion-felicidad-bienestar-subjetivo-847182781>
- Ribeiro, A.D.S. & Narbal, S. (2018). Significados de Felicidade orientados pela Psicologia Positiva em Organizações e no Trabalho. *Psicol. Caribe*, 35(1), 60-80. doi: 10.14482/psdc.35.1.11157
- Rodrigues, C.P., Amorim, J.S.C., Cicero, A.C., Alves, L.A., Fernandes, K.B.P. & Trelha, C.S. (2016). Estresse e qualidade de vida em técnicos e auxiliares de enfermagem em instituições de longa permanência para idosos. *Mundo da Saúde*, 40(2), 180–188. doi: 10.15343/0104-7809.20164002180188
- Santos, R.A.V., Raposo, M.C.F. & Melo, R.S. (2021). Prevalência e fatores associados à dor musculoesquelética em profissionais do Serviço de Atendimento Móvel de Urgência. *Br JP. São Paulo*, 4(1), 20-5. doi: 10.5935/2595-0118.20210013
- Santos, T.A., Santos, H.S.S., Sampaio, E.S., Melo, C.M.M., Souza, E.A. & Pires, C.G.S. (2020). Intensity of nursing work in public hospitals. *Rev. Latino-Am. Enfermagem*, 28, e3267. doi: 10.1590/1518-8345.3221.3267
- Sarriera, J. C. & BEDIN, L.M. (2017). *Psychosocial Well-being of Children and Adolescents in Latin America*. Nem York: Springer Verlag.
- Scorsolini-Comin, F. & Santos, M.A. (2010). O estudo científico da felicidade e a promoção da saúde: revisão integrativa da literatura. *Revista Latino-Americana de Enfermagem, Ribeirão Preto*, 18 (3). Recuperado de <https://www.scielo.br/j/rlae/a/TvRZgKWyptwx6YMYsLMkRZG/?format=pdf&lang=pt>
- Sender, G. & Fleck, D. (2017). As Organizações e a Felicidade no Trabalho: Uma Perspectiva Integrada. *Revadmcontemp*, 21(6), 764-787. doi: 10.1590/1982-7849rac2017160284
- Silva, C.C.S., Lira, A.L.B.C., Feijão, A.R., Costa, I.K.F. & Medeiros, S.M. (2017). Burnout e tecnologias em saúde no contexto da enfermagem na Atenção Primária à Saúde. *Esc. Anna Nery*, 21(2), 2017-2031. doi: 10.5935/1414-8145.20170031