

**Introdução:** O trabalho em turnos constitui-se um regime de organização do trabalho relativamente antigo, e ocorre principalmente nos serviços que necessitam manutenção das atividades nas 24h, como é o caso da enfermagem. Os profissionais de enfermagem se submetem a diferentes turnos de trabalho na tentativa de melhorar seus rendimentos e suprir a demanda de serviços de saúde, levando a diminuição do seu período de descanso e lazer. O trabalho em turnos pode alterar os períodos de sono e vigília, transgredindo as regras do funcionamento fisiológico humano. Além disso, também pode desencadear as sensações de mal estar, fadiga, flutuações no humor, reduções no desempenho devido ao déficit de atenção e concentração e pode ainda, provocar distúrbios gastrointestinais, cardiovasculares, entre outros.

**Objetivos:** Investigar a presença de efeitos imediatos (interferência no estilo e qualidade de vida, saúde física e psíquica) e de longo prazo (problemas digestivos, cardiovasculares e depressão) do trabalho em turnos em profissionais de enfermagem.

**Metodologia:** Estudo de coorte comparado, que teve início em 2005, com coletas dados previstas a cada 3 anos. A amostra é aleatória e proporcional ao número total de trabalhadores por categorias profissionais – técnicos, auxiliares e enfermeiros, dos turnos manhã e noite, nas unidades de internação do HCPA. Para a análise dos dados foi utilizado o programa SPSS 16.0 para Windows. Os dados contínuos foram analisados por teste *t de Student* para amostras independentes. As análises de associação foram realizadas por meio do teste qui-quadrado, com correção de Yates ou exato de Fisher.

**Resultados:** Dados da última coleta realizada em 2009 demonstram que: a maioria dos sujeitos negou insônia (87,7%), porém apresentou qualidade do sono pobre (57%), destes 73% trabalhavam à noite ( $p=0,007$ ). Dos 54% que apresentaram sintomas de depressão, 74 % trabalhavam no turno da noite ( $p=0,005$ ). A frequência de trabalhadores do noturno (67,6%) que referiu alterações do hábito alimentar foi maior em relação ao turno da manhã (49%) ( $p=0,029$ ). O maior percentual referiu alterações gástricas após início do trabalho em turnos (30%), estava com IMC acima de 25kg/m<sup>2</sup> (60%), ou seja, apresentava sobrepeso ou obesidade, realizavam atividade física (41,1%), sendo 49% trabalhadores do turno da noite informaram positivamente enquanto que somente 27,1% dos sujeitos que trabalhavam no turno manhã informaram essa prática ( $p=0,006$ ). Atualmente o estudo encontra-se em fase de preparação para a coleta de dados da terceira etapa.

**Conclusões:** É importante salientar que a instituição e o próprio trabalhador devem procurar maneiras de minimizar os danos causados pela jornada de trabalho em turnos. Além disso, é importante a manutenção de programas de atenção à saúde dos profissionais do noturno, visando a prevenção de doenças mentais e crônicas degenerativas.