

# Estudos do Trabalho

Ano XIV – Número 25 – 2020  
Revista da RET  
Rede de Estudos do Trabalho  
www.estudosdotrabalho.org

## **Trabalho Noturno: seus efeitos na saúde dos trabalhadores do ramo Hoteleiro**

**Anísia Sousa Pereira Neta<sup>1</sup> (**

**Raquel Pereira Belo<sup>2</sup>**

**Mayara dos Santos Sales<sup>3</sup>**

**Flávio Henrique Mendonça do Nascimento<sup>4</sup>**

**Mayra Gomes de Carvalho<sup>5</sup>**

### **INTRODUÇÃO**

O decurso da humanidade revelou diferentes formas de organização social e econômica que influenciaram a maneira como as pessoas se relacionam e produzem seus objetos de acordo com o contexto em um processo dinâmico. Desta forma, vários aspectos da vida dos indivíduos são perpassados por inúmeras questões dentre as quais se tem o trabalho como uma dimensão da vida de grande relevância para as sociedades, uma vez que se faz presente em diversas culturas desde os primórdios, ganhando diferentes concepções em cada período histórico com repercussões psicossociais.

---

<sup>1</sup> Graduada em Psicologia pela Universidade Federal do Piauí, esta pesquisa fez parte do Programa de Iniciação Científica Voluntária – ICV da Universidade Federal do Piauí, vigência 2016-2017. e-mail: anisia.neta@hotmail.com

<sup>2</sup> Professora Associada, Nível 1, da Universidade Federal do Piauí fazendo parte do corpo docente do curso de Graduação em Psicologia e do Programa de Pós-Graduação em Psicologia - Mestrado. Possui Graduação em Psicologia, Mestrado e Doutorado em Psicologia Social. É líder do “Núcleo de Pesquisa em Análise Psicossocial do Trabalho e das Organizações” no Diretório dos Grupos de Pesquisa no Brasil e é membro do Grupo de Trabalho da ANPEPP “Relações intergrupais: preconceito e exclusão social”. e-mail: rbelo@ufpi.edu.br

<sup>3</sup> Graduada em Psicologia pela Universidade Federal do Piauí. e-mail: mayarasales01@gmail.com

<sup>4</sup> Graduado em Psicologia pela Universidade Federal do Piauí. e-mail: flavio.hmn@outlook.com

<sup>5</sup> Graduada em Psicologia pela Universidade Federal do Piauí. e-mail: mayragomes18@gmail.com

# Estudos do Trabalho

Ano XIV – Número 25 – 2020

Revista da RET

Rede de Estudos do Trabalho

[www.estudosdotrabalho.org](http://www.estudosdotrabalho.org)

Na Idade Média o trabalho tinha uma conotação negativa relacionada à religião e ligada ao sofrimento humano que segregava e penalizava pessoas. Posteriormente, surgiu uma a visão positiva do trabalho, passando a ser visto como criação, esforço e com objetivos definidos. Com a Reforma Protestante, introduziu-se a concepção do trabalho como vocação e predestinação. Já na Era Moderna aplicou-se a ciência à produção, expandiu-se o capitalismo desencadeando a revolução industrial que foi marcada por três estágios tecnológicos: a invenção da máquina a vapor, a eletricidade e a invenção do computador. Entretanto, os avanços científicos não evitaram a exploração física e psíquica dos trabalhadores ao longo do desenvolvimento do processo de trabalho nos séculos XIX e XX (ALBORNOZ, 2008).

Desta maneira, Navarro e Padilha (2007) destacam que o trabalho é produtor de experiência psicossocial e é central na vida das pessoas, pois ocupa parte importante do espaço e do tempo da vida contemporânea. No entanto, embora o trabalho seja a fonte de renda da maioria das pessoas em todo mundo, existe um paradoxo, pois sua centralidade não se reduz ao campo financeiro, mas também na dimensão psíquica, uma vez que a ausência do trabalho abala a saúde psíquica, ao mesmo tempo em que as implicações das condições de trabalho na saúde são cada vez mais observadas como causa de doenças físicas, psíquicas e de mortes.

Com o avanço tecnológico, o aumento da população e a globalização, emergiu a necessidade de se trabalhar noite e dia, com longas jornadas de trabalho em uma conjuntura, com novas formas e relações de trabalho em uma sociedade que trabalha 24 horas por dia, o que demanda um contingente de trabalhadores noturnos (PRESSER, 1999). Para atender as demandas dessa sociedade 24 horas, surgem muitos serviços. Dentre eles, o setor hoteleiro que funciona de modo ininterrupto, por isso é comum encontrar trabalhadores com longas jornadas de trabalho e precárias condições de trabalho.

Diante desta realidade o presente estudo objetivou conhecer os efeitos do trabalho noturno para a saúde dos trabalhadores hoteleiros. Perante as características inerentes ao trabalho noturno e por ser uma demanda do contexto atual, justifica-se a presente pesquisa

# Estudos do Trabalho

Ano XIV – Número 25 – 2020

Revista da RET

Rede de Estudos do Trabalho

[www.estudosdotrabalho.org](http://www.estudosdotrabalho.org)

por possibilitar conhecer os impactos desta forma de organização temporal de trabalho, considerando sua influência nos fatores sociais, familiares e de saúde dos trabalhadores. Compreende-se a relevância deste estudo por se tratar de um tema de cunho social que pode contribuir para políticas públicas que priorizem a saúde do trabalhador, além de ser importante para as organizações e para categoria profissional.

## **TRABALHO NOTURNO**

O trabalho em turno, segundo Rosa e Colligan (1997), refere-se ao número e duração diária de cada jornada de trabalho, incluindo a velocidade de rotação – que corresponde ao número de dias seguidos em cada turno – e, pela direção da rotação, que pode ser para frente – quando se muda da manhã para tarde e daí para noite, ou o contrário, na rotação para trás – quando se muda da noite para manhã. Os turnos podem ser realizados por trabalhadores de tempo integral ou por funcionários contratados temporariamente. Existem vários tipos de turnos podendo ser de 8 horas, 16 horas e 24 horas por dia dentre outros.

De acordo com Moreno, Fischer e Rotenberg (2003) o trabalho em turnos é geralmente organizado em escalas bastante variadas, por exemplo, em uma mesma empresa pode haver vários tipos de escalas. Nas décadas de 1960 e 1970 era comum existirem escalas de turnos com rodízio de funcionários semanalmente, entretanto, a partir de pesquisas realizadas sobre o impacto na saúde dos trabalhadores surgiu a necessidade de reduzir o número de jornadas noturnas, o que gerou um rodízio mais rápido com menos dias de trabalho noturno e passando-se a ter horários mais flexíveis.

Sobre isso Monk e Folkard (1992) apresentam uma cronologia do trabalho em turnos e noturno tendo início desde quando 1) o homem aprendeu a técnica de acender e manipular o fogo, cerca de 7.000 anos a.C. – se utilizando do fogo para se aquecer e iluminar a noite para proteger-se dos predadores; 2) na Idade Média os entregadores e mercadores transitavam somente à noite para reduzir o tráfego de pessoas durante o dia; 3) na Inglaterra, com a Revolução Industrial, o surgimento das máquinas e, com o advento da Lâmpada

# Estudos do Trabalho

Ano XIV – Número 25 – 2020

Revista da RET

Rede de Estudos do Trabalho

[www.estudosdotrabalho.org](http://www.estudosdotrabalho.org)

elétrica em 1879 por Thomas Edison havia grandes jornadas de trabalho, 4) a instalação da primeira usina elétrica em 1882, e ainda no início do século XX 5) a I Guerra Mundial, com as fábricas de munição operando 24 horas por dia. Tais marcos históricos foram preponderantes para que acontecesse o trabalho noturno.

Desta maneira, observa-se que as alterações nas relações trabalhistas podem ser caracterizadas pelo aumento da produção com a Revolução Industrial, com a evolução do capitalismo, com o êxodo rural e a concentração populacional nos centros urbanos: o que moldou uma nova forma de organização de trabalho para atender uma maior demanda de consumidores (ABREU et al., 2012).

Neste processo o que se observa é uma variedade de serviços e um grande contingente de trabalhadores disponíveis para atender uma sociedade 24 horas e, dentre eles estão os *shopping centers*, supermercados, telecomunicações, bancos, serviços de saúde, vigilância, aviação, hotelaria. Os trabalhadores noturnos se expõem a fatores psicossociais, como fadiga e estresse, que interferem nos processos de saúde e doença (MORENO, FISCHER e ROTENBERG, 2003). Deve-se levar em conta em uma sociedade que demanda horários de trabalho em turnos e noturnos cada vez de forma mais frequente que o trabalho noturno é produto das mudanças que ocorreram nos processos tecnológicos, na densidade demográfica da população e na economia globalizada que acabam por influenciar o aumento no setor de serviços (PRESSER, 1999).

O trabalho em turnos tem sua particularidade não apenas em sua forma de organização, mas também nas consequências que dele podem acontecer, uma vez que esta forma de organização temporal de trabalho, pode ter consequências tanto no nível intra como inter-individual, que são moderadas por fatores como contexto social e familiar, características individuais, estilo de vida, exigências institucionais e políticas das organizações. Os indivíduos submetidos ao trabalho em turnos podem desenvolver alguns problemas de saúde física e psicológica, problemas de sono, digestivos, cardiovasculares dentre outros (COSTA, 2004).

# Estudos do Trabalho

Ano XIV – Número 25 – 2020

Revista da RET

Rede de Estudos do Trabalho

[www.estudosdotrabalho.org](http://www.estudosdotrabalho.org)

Moreno, Fischer e Rotenberg (2003) alertam para impactos no bem-estar físico, mental e social dos trabalhadores. Assim, além dos vários outros fatores de risco que envolvem aspectos físicos, químicos, biológicos e organizacionais, existem também os problemas que se relacionam de forma intrínseca com o trabalho em turnos e noturno, principalmente este último que pode levar a diminuição do rendimento no desempenho das tarefas e maior exposição a riscos e acidentes nas atividades laborais, ou ainda de uma forma mais acentuada contribuir para incapacidade funcional precoce.

Os trabalhadores noturnos alteram o seu ritmo circadiano e se expõem a distúrbios neurológicos e endócrinos. Desta forma, a alteração do sono e a fadiga estão relacionadas com distúrbios endócrinos causados pela troca da noite pelo dia, modificando a produção da melatonina podendo fazer surgir sintomas e doenças (SANTOS e SANTOS, 2014). Assim, Presser (1999), alerta que o horário de trabalho, fora dos padrões convencionais, pode ser entendido como um fenômeno social com implicações na saúde e no bem-estar das pessoas.

Lisboa, Oliveira e Reis (2006) alertam que durante a noite, a fisiologia do corpo humano se prepara para renovar suas energias, no entanto, os trabalhadores do serviço noturno estão expostos a um desgaste psicofisiológico maior do que aqueles que trabalham durante o dia, ou seja, estão mais vulneráveis fisiologicamente e psicologicamente falando, ao se considerar que tais trabalhadores operam no momento em que o organismo diminui suas atividades orgânicas. Portanto, o trabalhador noturno passa por uma fase de adaptação devido à característica diurna da espécie humana, pois nestas condições, ocorrem mudanças no organismo de cunho psicológico, comportamentais e na temperatura corporal. Tais circunstâncias aumentam os riscos implicações nocivas à saúde.

No que concerne à forma de inserção no trabalho noturno Campos e Belo (2014) observam que a busca dessa forma de trabalho, pode refletir a falta de oportunidade no mercado de trabalho, por falta de opção no horário convencional, por necessidade de subsistência ou ainda pela característica da área de atuação, por permitir um gerenciamento de horários e permitir ao trabalhador ter outro vínculo empregatício como meio de complementação de renda. As autoras relatam ainda algumas consequências do trabalho

# Estudos do Trabalho

Ano XIV – Número 25 – 2020

Revista da RET

Rede de Estudos do Trabalho

[www.estudosdotrabalho.org](http://www.estudosdotrabalho.org)

noturno na vida diária dos trabalhadores e alertam para os prejuízos causados, neste tipo de trabalho, por não atender à necessidade humana básica de sono e repouso, podendo desencadear alteração do sono, cansaço, problemas na alimentação, taquicardia, desânimo, perda de concentração e sinais de estresse.

Quanto à legislação brasileira acerca do trabalho noturno, em 1943 a partir do Decreto Lei nº 5.452 o Art. 1º que versa sobre a aprovação da Consolidação das Leis do Trabalho e institui as normas que regulam as relações individuais e coletivas de trabalho nela prevista, na seção IV Art. 73 é considerado trabalho noturno o trabalho executado entre as 22 horas de um dia até às 05 horas do dia seguinte. O mesmo artigo também diz que a hora do trabalhador noturno será computada como 52 minutos e 30 segundos, e que a remuneração terá um acréscimo de 20% sobre a hora diurna (BRASIL, 1943).

O Diário Oficial da União publicou em 08 de março de 2004 o Decreto Lei 5.005 que promulga a Convenção nº 171 da Organização Internacional do Trabalho adotada em Genebra e criou medidas específicas para o trabalho noturno. O primeiro artigo diz que se os trabalhadores solicitarem uma avaliação de seu estado de saúde, terão direito à uma avaliação médica gratuitamente, para fins de atenuar ou evitar problemas de saúde ligados ao seu trabalho e o segundo artigo diz que antes de introduzir os horários de trabalho o empregador deverá consultar o funcionário sobre as formas de organização do trabalho noturno e garantir as medidas de saúde e os serviços sociais necessários (BRASIL, 2004).

## **CONSIDERAÇÕES ACERCA DO RAMO HOTELEIRO**

Segundo Barbosa e Leitão (2005) a hospitalidade é uma prática bastante antiga, desde os tempos mais remotos já havia o costume de hospedar as pessoas, seja o peregrino em romaria por lugares santos, mercadores em busca de novos produtos e clientes, aventureiros e exploradores que viajavam e marcaram o início do turismo e da hospedagem através dos tempos. Os autores destacam que na Antiguidade foi atribuída aos fenícios (criadores do comércio e da moeda), a origem do turismo e da hospedagem, cerca de três mil anos a.C.,

# Estudos do Trabalho

Ano XIV – Número 25 – 2020

Revista da RET

Rede de Estudos do Trabalho

[www.estudosdotrabalho.org](http://www.estudosdotrabalho.org)

ou ainda aos povos mesopotâmios sumérios, babilônios e assírios, pois mesmo sendo nômades, esses povos sempre mantinham uma tenda pronta para receber pessoas, dando início ao culto da hospitalidade.

Muito embora não se possa precisar ao certo, quando surgiu atividade hoteleira no mundo, acredita-se que tenha ocorrido em virtude da necessidade natural de fornecer abrigo e alimentação aos viajantes. Entretanto, o turismo passou a ser um elemento importante na economia da Grécia Antiga com os Jogos Olímpicos, alguns séculos a.C., devido a chegada de atletas e expectadores, motivando assim as primeiras viagens de lazer. Assim, na cidade-estado Olímpia, foi criada uma hospedaria com 10 mil metros quadrados para hospedar os visitantes: surge então primeiro hotel da história como destaca Gonçalves e Kritz (1998, apud GUASSO; CARNEIRO e PERON, 2009).

O decurso histórico da hotelaria foi bastante influenciado pelos gregos, mas principalmente pelos romanos, visto que foram grandes construtores de várias estradas, que além de impulsionar o comércio, tornaram possível o aumento das viagens. Em decorrência desta dinâmica a busca por hospedarias cresceu significativamente, como ressaltam Campos e Gonçalves (1998).

Na Idade Média, foram os mosteiros e as abadias que hospedavam os viajantes, peregrinos e comerciantes. Algum tempo depois, já na Revolução Industrial, com a expansão do capitalismo, os meios de hospedagem tornaram-se uma atividade econômica e no início do século XIX surgiram os hotéis padronizados com gerente e recepcionista, porém, a transformação radical ocorreu a partir da Segunda Guerra Mundial e com a melhoria da renda nos países desenvolvidos, a melhoria dos sistemas de transportes e comunicação e principalmente com o setor de aviação, pois o processo de desenvolvimento e de globalização da economia mundial não só impulsionou as viagens regionais e internacionais, como potencializou o setor de lazer e turismo emergindo assim grandes redes de hotelaria (PEREIRA e COUTINHO, 2007).

As autoras comentam que no Brasil, desde o início da colonização, havia a necessidade de hospedar pessoas, pois com a instalação das capitâneas hereditárias, havia

# Estudos do Trabalho

Ano XIV – Número 25 – 2020

Revista da RET

Rede de Estudos do Trabalho

[www.estudosdotrabalho.org](http://www.estudosdotrabalho.org)

muitos viajantes que se deslocavam constantemente e precisavam de local para se abrigar, originando as hospedarias. Ainda no período colonial os viajantes se hospedavam nas casas-grandes dos engenhos, nos casarões das cidades, nos conventos e principalmente nos ranchos ou pousadas que existiam à beira das estradas, ajudando na criação de povoados e cidades (PEREIRA e COUTINHO, 2007).

Em meados do século XIX e até o século XX, segundo Andrade, Brito e Jorge (1999) houve uma escassez de hotéis no Rio de Janeiro, que levou o município, em dezembro de 1907, a isentar impostos por sete anos os cinco primeiros grandes hotéis que se instalassem na cidade, surgindo assim o Hotel Avenida em 1908, o maior do país neste período. Alguns anos depois, de acordo com Barbosa e Leitão (2005), a década de 1960 possibilitou novas perspectivas para o turismo brasileiro com novos empreendimentos no setor hoteleiro, em função do aquecimento na economia do período. Em 1966 com a promulgação do Decreto-Lei 55, criou-se a Empresa Brasileira de Turismo – EMBRATUR que nasceu com a finalidade de regulamentar e favorecer os investimentos na área e ainda coordenar e desenvolver a Política Nacional do Turismo no país.

Conforme a EMBRATUR (2002) considera-se empresa hoteleira a pessoa jurídica que explore ou administre meio de hospedagem e que tenha em seus objetivos sociais o exercício de atividade hoteleira, devendo seguir os parâmetros instituídos na Deliberação Normativa nº 429 que dispõe sobre os meios de hospedagem e regulamenta os requisitos exigidos e as condições necessárias para o funcionamento dos estabelecimentos. Os serviços mínimos exigidos para o alojamento para uso temporário são: Unidades Habitacionais (UH) específicas para hospedagem; portaria/recepção; guarda de bagagens e objetos de uso pessoal dos hóspedes; manutenção, conservação, arrumação e limpeza das áreas, instalações e equipamentos.

Considerando as inúmeras formas de meios de hospedagem que existem no Brasil e no mundo foram instituídas as classificações para se diferenciar as categorias. A mais conhecida vem da Europa com o uso de estrelas a partir de uma escala que varia de 1 a 5 buscando-se alcançar os pré-requisitos necessários e, com isso o hotel ganha um determinado

# Estudos do Trabalho

Ano XIV – Número 25 – 2020

Revista da RET

Rede de Estudos do Trabalho

[www.estudosdotrabalho.org](http://www.estudosdotrabalho.org)

número de estrelas. Outra influência é de origem americana no qual são definidas pelo proprietário do hotel observando questões como: o valor das diárias, a localização e tipo de clientela atendida. No Brasil o SBClass estabeleceu 7 tipos de meios de hospedagem para atender a diversidade da oferta hoteleira no país, utilizando-se da consagrada simbologia de estrelas para identificar cada um deles que são: Hotel, Resort, Hotel Fazenda, Café e Cama, Hotel Histórico, Pousada e Flat/Apart Hotel (DAMÁSIO, 2014).

A autora argumenta que no ramo hoteleiro, o serviço é geralmente desempenhado por pessoas e que hóspedes e funcionários estão pessoalmente ligados no que tange à realização do serviço. Portanto, os recursos humanos são o cartão de visitas de um estabelecimento que presta serviço de hotelaria, pois os funcionários representam a imagem do meio de hospedagem, por ser o principal contato com o hóspede (DAMÁSIO, 2014). Sobre este aspecto Conceição, Fraga e Conceição (2016) analisam que os serviços de hospedagem, diferentemente das demais indústrias, demandam uma interação particularizada entre o fornecedor e o consumidor. Levando-se em conta esta interação, o fator humano deixa de ser um simples elemento, responsável pela qualidade do serviço prestado no ramo da hotelaria e passa a ser o fator mais importante e indispensável nesse ramo.

Para Dias (2005) a empresa hoteleira possui uma administração semelhante às demais empresas, porém, possui singularidades que a diferenciam das demais que são: a **intangibilidade**, por basear-se na prestação de serviços e sua impossibilidade de estocar já que o serviço é produzido e recebido ao mesmo tempo; a **localização** uma vez que o serviço é prestado no próprio local; e a **sazonalidade** onde há uma concentração de clientes em determinados períodos do ano já previsto, sendo motivada por fatores como férias, feriados prolongados, finais de semana ou a realização de eventos.

No tocante à organização temporal do trabalho, segundo Deery e Jago (2009) tem-se o setor hoteleiro como exemplo dos serviços que são ofertados no período noturno. Este setor está relacionado a uma grande variedade de serviços incluindo hotéis, restaurantes, turismo dentre outros, que funcionam 24 horas por dia, durante os 7 dias da semana. Já em

# Estudos do Trabalho

Ano XIV – Número 25 – 2020

Revista da RET

Rede de Estudos do Trabalho

[www.estudosdotrabalho.org](http://www.estudosdotrabalho.org)

relação à jornada de trabalho, Padilha e Grande (2011) evidenciaram que os trabalhadores de hotéis trabalham muito, tanto no que se refere à jornada quanto à intensidade do trabalho, pois hotéis, bem como outros estabelecimentos no setor da hospitalidade como os clubes, shopping centers e restaurantes, apresentam uma demanda notória de dedicação ao trabalho em finais de semana e feriados. Desta maneira, se observa que tais serviços raramente fecham porque costumam ficar mais movimentados nos dias em que são destinados ao lazer e descanso dos clientes dos serviços.

No setor hoteleiro, conforme Blomme, Rheede e Tromp (2010) é comum encontrar trabalhadores com longas jornadas de trabalho, com baixos níveis de segurança e em turnos com horários irregulares. Tais características de trabalho refletem questões sociais e familiares, pois os horários de trabalho não tradicionais que inclui noites, fins de tarde e fins de semana o que pode provocar conflito entre o trabalho e a família. Karatepe e Uludag (2007) observam que as dificuldades neste contexto de trabalho, na maioria das vezes, têm relação com os horários inflexíveis e com as excessivas cargas de trabalho que reduzem o tempo livre ao fim de semana.

O setor hoteleiro como assinala Silva e Silva (2015) possui especificidades, que influenciam para que se tenha uma grande variedade de horários de trabalho, com intuito de atender aos diferentes serviços que este setor oferece de modo ininterrupto. Um dos aspectos relevantes que caracteriza este setor é a sazonalidade do turismo, a qual se cria um momento denominado de alta estação, quando ocorre um aumento da procura pelos serviços ofertados em determinadas épocas do ano consideradas mais propícias ao turismo.

## **MÉTODO**

Os participantes que compuseram a amostra foram 20 profissionais do ramo hoteleiro, todos maiores de 18 anos. O estudo contou com um roteiro de entrevista semi-estruturada composta por uma pergunta disparadora de reflexão referente à temática. As entrevistas foram realizadas nos locais de trabalhos dos referidos profissionais que foram

# Estudos do Trabalho

Ano XIV – Número 25 – 2020

Revista da RET

Rede de Estudos do Trabalho

[www.estudosdotrabalho.org](http://www.estudosdotrabalho.org)

convidados a participarem de forma voluntária. Todos os respondentes tiveram acesso ao *Termo de Consentimento Livre e Esclarecido*. O estudo seguiu as normas e procedimentos éticos conforme a Resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde que estabelece as diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos (BRASIL, 2013).

## **Análise dos Dados**

### *Corpus*

O *corpus* textual foi composto por 19 entrevistas realizadas com profissionais do ramo hoteleiro que trabalham no período noturno na cidade de Parnaíba-PI.

### **Análise do *corpus***

Os dados foram analisados por meio do *software* IRAMUTEQ versão 0.7. Este programa foi desenvolvido pelo pesquisador francês Pierre Ratinaud e é disponibilizado gratuitamente. O programa utiliza o ambiente estatístico do *software* R para realização das análises estatísticas, para realizar diferentes tipos de análise de dados textuais como: a lexicografia básica que corresponde ao cálculo de frequência de palavras; a classificação hierárquica descendente (CHD) que classifica os seguimentos de textos de acordo com as semelhanças entre os vocábulos e as palavras lematizadas que formam uma classe; a análise de similitude que permite a identificação de co-ocorrências e a conexão entre as palavras; a nuvem de palavras que se refere a uma análise mais simples na qual se agrupa em um gráfico as palavras de acordo com a frequência no *corpus* (CAMARO e JUSTOS, 2013).

## **RESULTADOS**





# Estudos do Trabalho

Ano XIV – Número 25 – 2020

Revista da RET

Rede de Estudos do Trabalho

[www.estudosdotrabalho.org](http://www.estudosdotrabalho.org)

Na imagem acima observa-se algumas palavras em destaque que são: “trabalhar”, “noite”, “casa”, “sono”, “cansaço” e “querer”. Dentro da comunidade do elemento organizador “trabalhar” pode-se observar palavras como: complicado, começar, hotelaria e indicar, que dizem respeito à inserção para o trabalho no ramo hoteleiro. Na comunidade que tem o elemento organizador “noite” aparecem palavras como: turno, tranquilo, cansativo, cansar, sentar, maior, estando relacionadas ao cansaço de trabalhar no turno noturno, mas por outro lado, em função da característica inerente ao ambiente de um hotel, em que o maior movimento acontece durante o dia por conta do *check in* e *check out*, os entrevistados atribuem ao horário noturno uma característica de ser tranquilo em relação ao horário diurno.

Na comunidade “casa” pode-se encontrar vocábulos ligados a atividades realizadas em casa como: assistir, filme, descansar, estudo, ajudar, lavar, louça, varrer, limpo. Já as comunidades “sono” e “cansaço” estão diretamente relacionadas, pois a primeira com destaque para as palavras: perder, perda, perdido, ruim, recuperar, sentir se refere ao quanto é ruim perder sono e o reconhecimento que não se recupera o sono perdido; na segunda, revela as consequências de perder o sono e sentir com maior frequência cansaço físico e mental, principalmente no início do trabalho noturno evidenciados nas palavras: início, começo, difícil, corpo, adaptar, dor, cabeça, estresse, frequente, físico e mental.

No que concerne à comunidade “querer” observa-se o agrupamento de palavras como: sonho, viajar, voltar, terminar, curso, ensino, superior que se referem às perceptivas para o futuro que envolvem planos como viajar, terminar a graduação em andamento ou voltar para o curso superior.

## **Classificação Hierárquica Descendente (CHD)**

Na CHD foram considerados 334 seguimentos de textos, com 909 palavras lematizadas, 753 formas ativas, 20 formas suplementares, com média de 19,42 formas por seguimento de texto e um aproveitamento satisfatório dos seguimentos de texto para análise com 80,84 %. A partir das divisões sequenciais originaram-se 6 classes, que na *1ª* *partição*

# Estudos do Trabalho

Ano XIV – Número 25 – 2020

Revista da RET

Rede de Estudos do Trabalho

www.estudosdotrabalho.org

dividiu-se em dois *subcorpus*: o primeiro com as Classes 4 e 5 e o segundo subcorpus com uma segunda subdivisão que originou mais dois subcorpus, no qual um deles deu origem às Classes 3 e 2, e o segundo subcorpus deu origem às Classes 6 e 1.

Cada classe representa um percentual das palavras mais significativas, ou seja, com maior frequência dentro da classe e pelas associações com a classe pelo valor do *chi-quadrado* pode ser observado na Tabela 1 as 15 palavras que representam cada classe.

**Tabela 1.** Dendograma de classes com palavras mais significativas para o *corpus* Trabalho noturno com profissionais do ramo hoteleiro

CLASSE 5 Atividades extra trabalho 52/270 Seg. de Texto 19.26%		CLASSE 4 Comprometi- mento das relações sociais e familiares 44/270 Seg. de Texto 16.3%		CLASSE 3 Alterações no horário de dormir e alimentação 34/270 Seg. de Texto 12.59%		CLASSE 2 Repercussões negativas do trabalho noturno 61/270 Seg. de Texto 22.59%		CLASSE 6 Perspectivas para o futuro 37/270 Seg. de Texto 13.7%		CLASSE 1 Inserção no horário noturno 42/270 Seg. de Texto 15.56%	
Palavra/ Chi2	F	Palavra/ Chi2	F	Palavra/ Chi2	F	Palavra/ Chi2	F	Palavra/ Chi2	F	Palavra/ Chi2	F
Lazer 52.65	1 2	Amigo 61.19	1 7	Dormir 69.15	1 7	Cansaço 75.2	2 6	Curso 65.62	1 3	Trabalhar 55.42	2 5
Semana 46.44	1 4	Social 36.8	1 0	Horário 37.58	1 4	Sono 54.03	2 4	Querer 48.06	13	Noite 49.7	2 6
Casa 44.16	2 3	Família 27.85	1 2	Hora 35.94	7	Sentir 48.04	1 8	Terminar 38.64	6	Hotel 49.59	1 1
Lavar 34.56	8	Jogar 26.17	5	Chegar 35.36	5	Ruim 26.46	1 1	Faculdade 32.08	5	Colega 33.31	6
Vez 28.38	1 8	Internet 26.17	5	Tornar 29.17	6	Corpo 24.62	7	Ano 31.51	6	Tranquilo 27.65	5
Praia 24.69	7	Contato 20.85	4	Café 28.18	4	Início 21.02	6	Estudar 25.57	4	Maior 22.04	4
Igreja 24.64	8	Futebol 20.85	4	Almoço 21.03	4	Físico 19.72	9	Viajar 25.16	5	Funcionário 22.04	4
Ajudar 21.36	5	Diminuir 15.58	3	Jeito 14.37	3	Saúde 17.45	5	Superior 19.1	3	Questão 6.03	2
Esposo 29.41	6	Familiar 15.16	4	Começo 14.37	3	Frequente 17.45	5	Emprego 18.93	4	Manhã 6.03	2

# Estudos do Trabalho

Ano XIV – Número 25 – 2020

Revista da RET

Rede de Estudos do Trabalho

www.estudosdotrabalho.org

Sair 17.52	1 2	Vida 14.54	6	Alimentação 14.37	3	Perder 16.36	1 1	Turismo 18.93	4	Recepcionista 6.03	2
Participar 17.02	4	Mês 11.41	4	Dia 9.48	1 1	Compromisso 13.91	4	Procurar 12.9	3	Pedir 6.03	2
Filho 16.2	5	Dar 10.74	7	Mudar 8.58	4	Perna 13.91	4	Vir 11.57	5	Puxar 6.03	2
Assistir 16.2	5	Morar 10.26	3	Dor 5.98	3	Perdido 13.62	4	Féria 7.2	2	Contar 5.92	4
Doméstico 12.72	3	Pai 10.26	3	Comer 5.16	2	Ficar 12.95	1 3	Pagar 7.2	2	Salário 5.54	3
Varrer 12.72	3	Visitar 7.13	3	Cabeça 5.16	2	Sentar 12.95	6	Existir 7.2	2	Começar 4.72	4

Fonte: os autores (2017) organizado com base no *software* IRAMUTEQ.

Na Classe 5, com 19,3% dos seguimentos de textos, denominada *Atividades extra trabalho* – pode-se encontrar o relato dos entrevistados sobre as atividades realizadas fora do horário de trabalho, que envolvem tanto sair para uma atividade lazer, ir à igreja ou fazer atividades domésticas.

**Tabela 2.** Segmentos de texto mais representativos da Classe 5

X <sup>2</sup>	Segmento de Texto
46.44	Eu vou à <b>igreja 3 vezes</b> na <b>semana</b> e o <b>lazer é sair</b> com a <b>esposa</b> ao <b>shopping</b> e pizzeria.
44.16	A <b>gente</b> vai para <b>igreja</b> todo fim de <b>semana</b> em <b>casa</b> eu <b>limpo</b> o quintal <b>lavo louça</b> tento ajudar de alguma <b>forma</b> .
34.56	Às <b>vezes</b> a <b>gente</b> passa na <b>casa</b> do pai no <b>domingo</b> na <b>folga</b> durante a <b>semana</b> eu fico mais com a <b>esposa</b> .
28.38	Em <b>casa</b> faço os trabalhos da <b>universidade</b> elaboro as <b>atividades</b> do estágio e às <b>vezes saio</b> para um <b>lazer</b> .

*Nota: Nesta tabela estão contidos apenas os 4 segmentos de texto com os maiores X<sup>2</sup>*

Fonte: os autores (2017) organizado com base no *software* IRAMUTEQ.

Na Classe 4, com 16,3% dos seguimentos de textos com o título *Comprometimento das relações sociais e familiares*, observa-se a dificuldade de conciliação do trabalho noturno com as relações interpessoais, mesmo as mais próximas como os familiares, o que denota

# Estudos do Trabalho

Ano XIV – Número 25 – 2020

Revista da RET

Rede de Estudos do Trabalho

www.estudosdotrabalho.org

um isolamento social devido ao trabalho que é atenuado pelo acesso alternativo às redes sociais da *internet*.

**Tabela 3.** Segmentos de texto mais representativos da Classe 4

<b>X<sup>2</sup></b>	<b>Segmento de Texto</b>
61.19	Porque eu não tenho mais tempo para <b>visitar</b> um <b>amigo</b> e na <b>relação familiar</b> eu sou ausente porque minha <b>família mora</b> fora do estado.
36.8	<b>Diminuiu</b> minhas <b>relações sociais</b> , deixei de sair para festas, as saídas com <b>amigos</b> , perdi minha namorada. Passei a gostar mais de ficar em casa assistindo filmes, séries.
27.85	Eu estou utilizando muito agora são as mídias <b>sociais</b> , lá tenho <b>contato</b> com os <b>amigos</b> . Depois que eu entrei aqui, família só em aniversário de algum parente, natal e tal, só vejo eles esporadicamente 2 ou 3 vezes por ano.
26.17	Só nas folgas que são 3 dias seguidos no <b>mês</b> , aí <b>dá</b> para eu ver a <b>família</b> e os <b>amigos</b> . Eu uso <i>internet</i> , telefone, <i>whatsApp</i> . Passei a perder os aniversários, afastou os amigos.

*Nota: Nesta tabela estão contidos apenas os 4 segmentos de texto com os maiores X<sup>2</sup>*

Fonte: os autores (2017) organizado com base no *software* IRAMUTEQ.

Já na Classe 3, com 12.59% dos seguimentos de textos denominada – *alterações no horário de dormi e alimentação* – estão relacionadas as alterações fisiológicas ocasionadas pela mudança na rotina que envolve o horário de dormir e de fazer as refeições diárias.

**Tabela 4.** Segmentos de texto mais representativos da Classe 3

<b>X<sup>2</sup></b>	<b>Segmento de Texto</b>
69.15	Minha rotina é o seguinte o <b>café</b> eu já <b>tomo</b> aqui aí eu <b>chego</b> em casa e vou vender meus produtos eu procuro <b>dormir</b> depois do <b>almoço</b> .
35.36	Em altas temporadas é muito corrido e acontece às vezes de <b>chegar</b> em casa me sentar e <b>dormi</b> no sofá e perder a <b>hora</b> de me alimentar.
21.03	Ando muito estressado não tenho paciência vivo com <b>dor</b> de <b>cabeça</b> cansaço na visão eu não tenho mais <b>horário</b> de <b>almoço durmo</b> à tarde toda às vezes só janto.

# Estudos do Trabalho

Ano XIV – Número 25 – 2020

Revista da RET

Rede de Estudos do Trabalho

www.estudosdotrabalho.org

---

14.37 No **começo** foi bem difícil porque para a gente se **adaptar** à perda de sono é ruim esse **horário** noturno é meio complicado enquanto os outros **dormem** a **gente** trabalha.

---

14.37 Também passei a me **alimentar** fora de horário já houve dias que dormi o dia inteiro aí como é que eu poderia me **alimentar** desse jeito.

---

*Nota: Nesta tabela estão contidos apenas os 5 segmentos de texto com os maiores X<sup>2</sup>*

---

Fonte: os autores (2017) organizado com base no *software* IRAMUTEQ.

A Classe 2 representou o maior percentual de seguimentos de texto com 22.59% e compreende os efeitos de se trabalhar durante a noite que envolvem aspectos físicos, psicológicos e sociais que podem ser visualizados na Tabela 4 denominada *Repercussões negativas do trabalho noturno*.

**Tabela 5.** Segmentos de texto mais representativos da Classe 2

X <sup>2</sup>	Segmento de Texto
75.2	<b>Passei a perder</b> os aniversários afastou os amigos é <b>ruim</b> no <b>início</b> foi estranho <b>sentí</b> muito <b>sono</b> fraqueza <b>cansaço</b> no <b>corpo</b> todo.
54.03	<b>Passei a sentir cansaço</b> com mais frequência por não <b>recuperar</b> o <b>sono perdido</b> no que diz respeito à <b>saúde</b> .
48.04	O <b>cansaço mental</b> e <b>físico perda</b> do <b>sono</b> insegurança mesmo que nunca aconteceu, mas eu me <b>sinto</b> vulnerável pelo fato de que o local não oferece segurança.
26.46	O mais negativo é <b>perda</b> de <b>sono</b> quem <b>está</b> começando vai <b>sentir</b> muito os efeitos o <b>cansaço mental</b> e em alguns casos <b>perda</b> de concentração.
24.62	<b>Passei a sentir</b> muito mais <b>sono</b> muito estresse devido ao <b>cansaço</b> <b>passei a</b> me irritar por qualquer coisa.

*Nota: Nesta tabela estão contidos apenas os 5 segmentos de texto com os maiores X<sup>2</sup>*

---

Fonte: os autores (2017) organizado com base no *software* IRAMUTEQ.

Diante do impacto e das limitações impostas pelo trabalho noturno, levando-se em consideração que grande parte dos entrevistados tem nível superior completo ou incompleto, muitos manifestaram o desejo de deixar de trabalhar no turno noturno, depois que terminar o curso técnico ou de graduação e procurar outro emprego no horário comercial. Dessa

# Estudos do Trabalho

Ano XIV – Número 25 – 2020

Revista da RET

Rede de Estudos do Trabalho

www.estudosdotrabalho.org

forma, a Classe 6 com 13,7% dos seguimentos de texto é descrita como *Perspectivas para o futuro*.

**Tabela 6.** Segmentos de texto mais representativos da Classe 6

<b>X<sup>2</sup></b>	<b>Segmento de Texto</b>
65.62	<b>Viajar e tirar férias</b> eu <b>queria terminar</b> meu <b>curso</b> eu <b>queria</b> cuidar mais de mim cuidar da minha mãe.
48.06	Não desejo mais trabalhar à noite porque me limita muito eu <b>quero é terminar</b> meu <b>curso</b> de <b>turismo</b> e fazer uma especialização em gestão ambiental.
38.64	Eu <b>quero</b> sair desse turno e <b>procurar</b> outra coisa outra opção que seja durante o dia assim que eu <b>terminar</b> meu <b>curso</b> de biologia.
32.08	Eu <b>queria</b> fazer um <b>curso</b> profissionalizante eletrotécnica <b>queria</b> fazer um curso <b>superior</b> .
31.51	Também não consigo <b>terminar</b> meu <b>curso</b> de <b>turismo</b> porque não encontro tempo nem ânimo para continuar meu trabalho de conclusão do <b>curso</b> .

*Nota: Nesta tabela estão contidos apenas os 5 segmentos de texto com os maiores X<sup>2</sup>*

Fonte: os autores (2017) organizado com base no *software* IRAMUTEQ.

Em relação ao percentual dos seguimentos textos a Classe 1 obteve 15.56% e refere-se à forma de inserção no horário noturno e ainda revela uma característica inerente ao setor hoteleiro que tem a maior movimentação de hóspedes durante o dia, o que se configura como importante fator que influencia na escolha do turno de trabalho dos entrevistados, que definem o turno noturno como mais tranquilo. Esta classe denomina-se *Inserção no horário noturno* e pode ser observada abaixo na Tabela 6.

**Tabela 7.** Segmentos de texto mais representativos da Classe 1

<b>X<sup>2</sup></b>	<b>Segmento de Texto</b>
55.42	Antes de vir para cá eu <b>trabalhava</b> em outro <b>hotel</b> só que não era todas as <b>noites</b> só às vezes quando <b>tirava</b> folga dos <b>colegas</b> .
49.7	Como eu já <b>trabalhava</b> os 3 <b>turnos</b> no outro <b>hotel</b> então eu escolhi à <b>noite</b> porque é mais <b>tranquilo</b> .
49.59	Por outro lado <b>trabalhar</b> à <b>noite</b> em <b>hotel</b> é menos <b>puxado</b> por <b>conta</b> que durante à <b>noite</b> a movimentação não é grande.

# Estudos do Trabalho

Ano XIV – Número 25 – 2020

Revista da RET

Rede de Estudos do Trabalho

www.estudosdotrabalho.org

---

33.31	Eu sempre <b>trabalhei</b> com o público em <b>hotéis</b> eu <b>comecei a trabalhar</b> durante o dia, mas depois optei pelo horário da <b>noite</b> .
27.65	Eu acho que nem em <b>hotel</b> e nem de <b>noite</b> quero <b>trabalhar</b> porque já <b>estou</b> pensando em outra carreira.

---

*Nota: Nesta tabela estão contidos apenas os 5 segmentos de texto com os maiores X<sup>2</sup>*

Fonte: os autores (2017) organizado com base no *software* IRAMUTEQ.

---

## DISCUSSÃO

Os conteúdos lexicais das análises textuais demonstraram a partir dos seguimentos de textos da Classe 1 que os entrevistados optaram pelo trabalho noturno no setor hoteleiro devido à característica desse setor apresentar maior movimentação de clientes durante o dia: isso faz com que o horário noturno seja mais tranquilo em relação às atividades a serem realizadas, como fala um dos participantes – “*Antes de vir para cá eu trabalhava em outro hotel só que não era todas as noites só às vezes quando tirava a folga dos colegas. Como eu já trabalhava os 3 turnos no outro hotel então eu escolhi à noite porque é mais tranquilo*” (32 anos, trabalha há 4 anos no horário noturno).

No que concerne aos efeitos do trabalho noturno na saúde dos trabalhadores, as entrevistas possibilitaram conhecer a repercussão desta forma de trabalho na vida dos entrevistados. Muitos dos respondentes evidenciaram o impacto do trabalho noturno em diferentes aspectos em suas vidas, como as esferas biológica, psicológica e social, que podem ser visualizadas na Classe 2, considerada a mais significativa por ter o maior percentual dos seguimentos de texto referentes à dificuldade em conciliar o trabalho com as relações sociais, o contato com os amigos e ainda o cansaço físico e mental como consequência da mudança do estado de sono e vigília, que é controlado pelo ritmo circadiano, que por sua vez sofre influência do sistema endócrino. Assim, os cansaços físico e mental relatados nas entrevistas se relacionam aos distúrbios endócrinos, resultante da modificação da produção hormonal devido à troca da noite pelo dia, como apontam Santos e Santos (2014).

# Estudos do Trabalho

Ano XIV – Número 25 – 2020

Revista da RET

Rede de Estudos do Trabalho

[www.estudosdotrabalho.org](http://www.estudosdotrabalho.org)

Os conteúdos da análise lexical identificaram, na Classe 2, o relato dos entrevistados a respeito das mudanças ocorridas após o início do trabalho no horário noturno, pois passaram a sentir, além do cansaço físico também o cansaço mental, alteração do sono, dificuldades de concentração, estresse e irritação frequente. Sobre isto, Costa (2004) ressalta que o trabalho em turnos pode causar um impacto na vida dos trabalhadores, interferir na saúde física, psicológica e ocasionar problemas com o sono apontados pela fala dos participantes – *“Passei a sentir muito mais sono muito estresse devido ao cansaço passei a me irritar por qualquer coisa”* (sexo masculino, 24 anos, trabalha há 2 meses no horário noturno); *“O mais negativo é perda de sono quem está começando vai sentir muito os efeitos o cansaço mental e em alguns casos perda de concentração”* (27 anos, sexo masculino, trabalha há 2 anos e meio no horário noturno).

Uma característica marcante do trabalho noturno que ficou evidente nas análises textuais diz respeito à mudança na rotina das pessoas, exemplificadas na Classe 3. Tal mudança é agravada por um fator inerente ao setor hoteleiro – que em determinado período do ano recebe uma maior procura pelos serviços hoteleiros denominado de *alta estação* ou *alta temporada* (SILVA e SILVA, 2015). Nesse sentido, a Classe 3 se relaciona com a classe 2 quando se observa que a mudança na rotina também influencia não só no cansaço físico, mental e nas alterações no sono, mas interfere também nos horários da alimentação. Tal situação pode ser exemplificada no seguimento de texto de um dos entrevistados: *“Em altas temporadas é muito corrido e acontece às vezes de chegar em casa me sentar e dormi no sofá e perder a hora de me alimentar”* (sexo masculino, 27 anos, trabalha há 4 anos no horário noturno e dorme cerca de 21 horas por semana).

No que tange aos prejuízos ocasionados pelo trabalho noturno, o que se observa é que os efeitos nocivos não se restringem à esfera biológica, pois segundo Padilha e Grande (2011) os trabalhadores do setor hoteleiro se submetem à longas e intensas jornadas de trabalho, visto que este setor oferece serviços ininterruptos que se estendem aos fins de semanas e feriados. Diante disso, Karatepe e Uludag (2007) advertem que a excessiva carga horária de trabalho, acaba por diminuir o tempo livre do trabalhador hoteleiro, pois impõe

# Estudos do Trabalho

Ano XIV – Número 25 – 2020

Revista da RET

Rede de Estudos do Trabalho

[www.estudosdotrabalho.org](http://www.estudosdotrabalho.org)

uma carga horária inflexível que interfere nas relações sociais e familiares apontadas na Classe 4. Esta situação de comprometimento das relações sociais e familiares, devido ao trabalho, pode ser descrita na seguinte frase: *“A gente também não aproveita os feriados, nem fim de semana, carnaval, porque são os hotéis que hospedam os turistas, aqui é sempre lotado, aqui é igual a um hospital, não fecha nunca. Com esse trabalho me sinto apenas máquina, porque não tenho vida social, se eu for atrás do meu cansaço é só dormir, aí é que me isolo mesmo”*, (34 anos, sexo masculino, trabalha há 11 anos no horário noturno).

Como estratégias para enfrentar tal situação muitos dos respondentes usam as redes sociais da *internet* para manter o contato com os amigos e familiares. Um exemplo disso encontra-se na resposta de um dos participantes: *“Só nas folgas que são 3 dias seguidos no mês, aí dá para eu ver a família e os amigos. Eu uso internet, telefone, whatsApp. Passei a perder os aniversários, afastou os amigos”*, (sexo masculino, 32 anos e trabalha há 4 anos o horário noturno).

Outra dificuldade enfrentada por parte dos trabalhadores noturnos do setor hoteleiro se refere aos problemas em relação ao lazer, uma vez que, como assinala Padilha e Grande (2011) tais profissionais trabalham para oferecer lazer e descanso para os clientes dos hotéis. Devido ao cansaço, os entrevistados declararam que no tempo livre preferem ficar mais em casa e que só às vezes fazem alguma atividade de lazer. Dentre as atividades mais comuns estão as atividades acadêmicas, visto que muitos dos entrevistados são estudantes universitários, também desenvolvem atividades religiosas e ajudam nas atividades domésticas, como demonstram os exemplos da Classe 5: *“Lazer nem tenho é bem raro, faço atividades acadêmicas, só lavo roupa em casa”*, (25 anos, trabalha há 5 anos no horário noturno).

Perante os problemas enfrentados por parte dos trabalhadores do setor hoteleiro, sejam de ordem biológica ou social, muitos dos entrevistados declararam não continuarem nesse setor e nem no horário noturno. Tal situação é evidenciada na Classe 6 que agrupa os seguimentos de textos relacionados às perceptivas para o futuro. Tendo em conta que grande parte dos entrevistados possui nível superior incompleto, um dos objetivos é concluir o curso

# Estudos do Trabalho

Ano XIV – Número 25 – 2020

Revista da RET

Rede de Estudos do Trabalho

[www.estudosdotrabalho.org](http://www.estudosdotrabalho.org)

superior como demonstra o exemplo: “Viajar e tirar férias, eu queria terminar meu curso eu queria cuidar mais de mim, cuidar da minha mãe”, (24 anos, trabalha há 2 meses no horário noturno).

Diante dos resultados conclui-se que o trabalho noturno possui uma faceta que não necessariamente depende do processo de trabalho, pois como foi evidenciado pelos entrevistados o setor hoteleiro apresenta maior movimentação de clientes durante o dia para fazer *check in* e *check out*, o que faz o horário noturno ser mais tranquilo. No entanto, o trabalho por ser realizado no período noturno, repercute em vários âmbitos da vida dos trabalhadores, interferindo assim em sua saúde física, mental e social. Nesse sentido, considerando os efeitos nocivos para a fisiologia humana, as pessoas submetidas a esta forma de organização temporal de trabalho passam por mudanças nos padrões de sono e vigília que alteram o ritmo circadiano do corpo, trazendo assim vários problemas como o cansaço físico e mental.

Com ênfase nas especificidades do setor hoteleiro, evidencia-se que as características intrinsecamente relacionadas a esse setor podem contribuir para o agravamento dos prejuízos, pois além do cansaço físico e mental também foi observado problemas como maior suscetibilidade a estresse e irritação frequente, alteração do sono, alimentação irregular, comprometimento das relações sociais e familiares, dificuldades para realizar atividades físicas e de lazer. Assim, além da oferta de serviço ininterrupto, o ramo hoteleiro também sofre influência de outros fatores como a sazonalidade do turismo com os períodos de altas temporadas, que acaba por intensificar o trabalho dos hotéis, uma vez que há um aumento na demanda dos serviços. Outro aspecto a se destacar, no que tange aos prejuízos do trabalho noturno, sejam danos biológicos e sociais, são sentidos pelos trabalhadores, mesmo com pouco tempo de atuação. Portanto, o trabalho noturno se constitui como uma modalidade de trabalho que produz efeitos negativos com repercussões biopsicossociais para os trabalhadores.

# Estudos do Trabalho

Ano XIV – Número 25 – 2020

Revista da RET

Rede de Estudos do Trabalho

[www.estudosdotrabalho.org](http://www.estudosdotrabalho.org)

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

No presente estudo foi possível observar uma visão negativa do trabalho noturno que remete às consequências da inversão de horários e dos padrões de sono vigília que influencia no equilíbrio do corpo e ocasiona o cansaço físico e mental, apresentados nos relatos dos entrevistados.

Quanto às áreas mais afetadas pelo trabalho noturno foram destacadas a saúde dos trabalhadores e o contato com a família e amigos, devido ao desencontro de horários, seja por estar trabalhando, seja por estar dormindo. Desta forma, a troca de horários interfere tanto na saúde do trabalhador noturno, em função do desgaste físico e mental, quanto nas relações interpessoais e familiares, causando impactos no bem-estar físico, mental e social dos trabalhadores.

Assim, estudar o trabalho noturno enquanto um fenômeno da contemporaneidade, que se dispõe a atender as demandas sociais emergentes, é de fundamental importância para que se possam criar propostas de intervenção que visem à qualidade de vida dos trabalhadores. Levando-se em conta as limitações do estudo, embora os resultados tenham corroborado com a literatura, mais pesquisas são necessárias para melhor compreender as diferentes facetas desta forma de organização temporal do trabalho, seus impactos e interferências em outras categorias profissionais buscando-se um maior entendimento e a fim de contribuir para ações que possibilitem o bem estar dos trabalhadores.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ABREU N. R., et. al. Trabalho em Turnos Noturnos: Implicações na Qualidade de Vida Profissional e Pessoal dos Trabalhadores. **Revista Gestão e Tecnologia**, Pedro Leopoldo, v. 12, n. 3. p. 103-131, set./dez. 2012 .
- ANDRADE, N.; BRITO, P. L.; JORGE, W. E. **Hotel: planejamento e projeto**. 6. ed. São Paulo: SENAC, 1999.

# Estudos do Trabalho

Ano XIV – Número 25 – 2020

Revista da RET

Rede de Estudos do Trabalho

[www.estudosdotrabalho.org](http://www.estudosdotrabalho.org)

- ALBORNOZ, S. Coleção Primeiros Passos: **O que é trabalho?** 6. ed. São Paulo, SP: Editora Brasiliense, 1994.
- BARBOSA, G.; LEITÃO, M. **Breve história do turismo e da hotelaria**. Confederação Nacional de Turismo, SENAC Nacional. Rio de Janeiro, 2005.
- BLOMME, R.; RHEEDE, A. TROMP, D. Work-family conflict as a cause for turnover intentions in the hospitality industry. **Tourism and Hospitality Research**, 10 (4). 2010.
- BRASIL. **Consolidação das leis de trabalho** lei nº 5.452 de 1º de maio de 1943. Brasília-DF, 1943.
- \_\_\_\_\_. SENADO FEDERAL. **DECRETO Nº 5.005, DE 8 DE MARÇO DE 2004**. Brasília-DF, 2004.
- \_\_\_\_\_. Conselho Nacional de Saúde. Resolução nº 466 de 12 de Dezembro de 2012. Aprova normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos. Brasília: **Diário Oficial da União**, 2013.
- CAMPOS, L. C. A. M.; GONÇALVES, M. H. B. **Introdução ao Turismo e hotelaria**. Rio de Janeiro: SENAC, 1998.
- CAMPOS, J. de M. e BELO, R. P. **Trabalho noturno: características de sua dinâmica laboral e suas implicações na vida do trabalhador**. Trabalho de Conclusão de Curso, Departamento de Psicologia, Universidade Federal do Piauí, 2014.
- CAMARGO, B. V., JUSTO, A. M.; IRAMUTEQ. Um Software Gratuito para Análise de Dados Textuais. **Temas em Psicologia**, Vol. 21, nº 2, 513-518, 2013.
- CONCEIÇÃO R. D. P., FRAGA T. F. e CONCEIÇÃO M. P. Qualificação Profissional: um panorama comparativo entre hotéis pousadas do primeiro distrito de Petrópolis – RJ. **Turismo em Análise** v. 27 n 1 abril, 2016.
- COSTA, G. Multidimensional aspects related to shiftworkers' health and well-being. **Revista de Saúde Pública**, 38(supl.), 86-91. 2004.
- DAMÁSIO, J. dos S. **Qualidade percebida em serviços de hotelaria familiar de Florianópolis: um estudo de caso no Porto da Ilha Hotel**. 242 p. Dissertação

# Estudos do Trabalho

Ano XIV – Número 25 – 2020

Revista da RET

Rede de Estudos do Trabalho

[www.estudosdotrabalho.org](http://www.estudosdotrabalho.org)

- (Mestrado em Administração) – Universidade do Estado de Santa Catarina, Florianópolis, 2014.
- DEERY, M.; JAGO, L. A framework for work – life balance practices: Addressing the needs of the tourism industry. **Tourism and Hospitality Research**, 9 (2). 2009.
- DIAS, R. **Introdução ao turismo**. São Paulo: Atlas, 2005.
- EMBRATUR. **Deliberação Normativa nº 429, de 23 de abril de 2002**. Brasília-DF, 2002.
- GONÇALVES, M. H. B.; KRITZ, S. **Introdução a turismo e hotelaria**. São Paulo: SENAC, 1998.
- GUASSO, I; CARNEIRO, M. L.; PERON, T. **Os serviços e a empresa hoteleira: um estudo de caso do Cristal Palace Inn**. Monografia apresentada ao Centro Universitário Católico Salesiano Auxilium – UNISALESIANO, Lins-SP, 2009.
- KARATEPE, O.; ULUDAG, O. Affectivity, conflicts in the work-family interface, and hotel employee outcomes. **International Journal of Hospitality Management**, 27. 2007.
- MORENO, C. R. C.; FISCHER, F. M. e ROTENBERG, L. A saúde do trabalhador na sociedade 24 horas. **São Paulo em Perspectiva**, 17(1), p. 34-46. 2003.
- MONK, T. H.; FOLKARD, S. **Marking Shiftwork Tolerable**. Taylor e Francis, London, 1992.
- NAVARRO, V.L.; PADILHA, V. Dilemas do Trabalho no Capitalismo Contemporâneo. **Psicologia e Sociedade**; 19, Edição Especial 1: 14-20, 2007.
- PADILHA, V., GRANDE, M.M. A gente fica muito tempo aqui dentro: Reflexões sobre o trabalho de gerentes, recepcionistas e camareiras de hotéis. **Cadernos de Psicologia Social do Trabalho**, v. 14 n.1, 2011.
- PEREIRA F. F. e COUTINHO H. R. M. Hotelaria: da era antiga aos dias atuais. **Revista Eletrônica Aboré** - Publicação da Escola Superior de Artes e Turismo Edição 03/2007.
- PRESSER, H. B. Toward a 24-hour economy. **Science**, 11(284), 1999.
- LISBOA, M. T. L. OLIVEIRA, M. M. e REIS, L. D. O trabalho noturno e a prática de enfermagem: uma percepção dos estudantes de enfermagem. **Esc Anna Nery R Enferm**, 2006.

# Estudos do Trabalho

Ano XIV – Número 25 – 2020

Revista da RET

Rede de Estudos do Trabalho

[www.estudosdotrabalho.org](http://www.estudosdotrabalho.org)

ROSA, R.R.; COLLIGAN, M.J. **Plain Language About Shiftwork**, DHHS (NIOSH), 1997.

SANTOS S. M., SANTOS, V. M. Repercussões endócrinas e neurológicas do trabalho noturno. **BrasíliaMed**. 51(2):140-147, 2014.

SILVA, H., SILVA I. S. Gestão e adaptação aos horários de trabalho: Um estudo de caso no setor hoteleiro. **International Journal on Working Conditions**, No.9, Jun. 2015.