



UNIVERSIDADE DO SUL DE SANTA CATARINA
JAQUELINE CESERINO SILVA

**A NOITE ÀS CLARAS: O TRABALHO NOTURNO E OS REFLEXOS NA VIDA
COTIDIANA DOS TRABALHADORES**

Palhoça
2012

JAQUELINE CESERINO SILVA

**A NOITE ÀS CLARAS: O TRABALHO NOTURNO E OS REFLEXOS NA VIDA
COTIDIANA DOS TRABALHADORES**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Graduação em Psicologia, da Universidade do Sul de Santa Catarina, como requisito parcial para obtenção do título de Psicóloga.

Orientador: Prof^a. Zuleica Pretto, Msc.

Palhoça

2012

JAQUELINE CESERINO SILVA

**A NOITE ÀS CLARAS: O TRABALHO NOTURNO E OS REFLEXOS NA VIDA
COTIDIANA DOS TRABALHADORES**

Este Trabalho de Conclusão de Curso foi julgado adequado à obtenção do título de Psicóloga e aprovado em sua forma final pelo Curso de Psicologia, da Universidade do Sul de Santa Catarina.

Palhoça, 20 de junho de 2012.

Prof^ª. Zuleica Pretto, Msc.
Universidade do Sul de Santa Catarina

Prof^ª. Deise Maria do Nascimento, Dr.
Universidade do Sul de Santa Catarina

Eliane Ternes Torres
Psicoterapeuta – Espaço Clínica da Família

Dedico às pessoas que trabalham a noite, pois ajudam a manter a sociedade funcionando.

Ao meu noivo, que sempre esteve ao meu lado em todas as adversidades.

Ao meu pai, por ser minha inspiração de vida.

AGRADECIMENTOS

Chegou a hora! Nove anos se passaram desde que eu entrei no curso de psicologia, e no final deste ano o sonho está sendo concretizado: ser psicóloga. Ao olhar para trás, não entendo como tive tanta força em lutar por uma profissão, percorrendo longas distâncias em pé, com os livros nos braços, embalada pelo abrupto movimento dos ônibus. No inverno, as batidas do relógio marcavam a virada para um novo dia, enquanto aguardava em um terminal solitário e frio pelo ônibus que me levaria para casa. Antes de o sol acordar, já estava de pé, pronta para um novo dia de trabalho.

Mas a recompensa começou a surgir aos poucos na graduação, pois durante as diversas turmas em que passei, encontrei pessoas que assim como eu, também estavam “pulando” entre as fases ao tentar cumprir o currículo. Posso dizer que esses colegas se tornaram os meus companheiros de caminhada, dos quais posso citar: Ana Lúcia, César, Roberta, Ilona, Eliane e Vanessa. Agradeço imensamente pela companhia, e com certeza levarei a amizade de vocês para toda a vida.

Durante toda a graduação, agradeço a todos os docentes que passaram pela minha vida acadêmica, em especial a minha querida orientadora de TCC e Clínica, Zuleica Pretto. Foi através dela que me aventurei nas leituras de Jean-Paul Sartre, o que me proporcionou descobrir uma teoria que contemplasse o meu modo de ver a vida. Obrigada Zu por me acolher e ter paciência comigo. E às minhas colegas de estágio e de orientação, muito obrigada por tornarem esse período de final de curso agradável e divertido.

Agradeço imensamente ao meu pai, que sempre me apoiou e incentivou nos estudos, além de estar sempre disponível quando precisei de suporte. Quase te perdi durante esse caminho, e o que aconteceu serviu para valorizar ainda mais a sua presença aqui comigo. Além disso, agradeço a família do meu noivo que me acolheu quando me senti perdida, oferecendo-me abrigo e carinho. Obrigada meu “marinoivo” por estar presente sempre em todos os momentos, te amo!

Depois de tudo o que aconteceu, digo que valeu a pena, e faria tudo de novo caso precisasse. Esses nove anos ajudaram a construir a Jaqueline que existe hoje, e com certeza levarei para a minha vida aprendizados preciosos que adquiri ao longo desses anos.

(...) Ser feliz é reconhecer que vale a pena viver, apesar de todos os desafios, incompreensões e períodos de crise. Ser feliz é deixar de ser vítima dos problemas e se tornar um autor da própria história. É atravessar desertos fora de si, mas ser capaz de encontrar um oásis no recôndito da sua alma. (...)

(Fernando Pessoa)

RESUMO

O trabalho noturno é uma atividade em ascensão no mundo contemporâneo, devido à demanda da sociedade em adquirir serviços e produtos 24 horas por dia. Para suprir tal questão, se faz necessária a contratação de pessoas que exerçam a sua atividade laborativa no período noturno, o que algumas vezes pode originar problemas no seu cotidiano pela inversão de horários com o restante da população. A fim de avaliar as decorrências dessas características do trabalho na vida dos trabalhadores, esta pesquisa de conclusão de curso teve como objetivo compreender a percepção dos trabalhadores noturnos sobre os reflexos do trabalho noturno na sua vida cotidiana. Quanto ao método, esta pesquisa caracterizou-se como qualitativa, de cunho exploratório e de campo, adotando como técnica de análise, a análise de conteúdo. O instrumento utilizado para coleta de dados foi a entrevista semiestruturada. Os participantes da pesquisa foram três trabalhadores do ramo hoteleiro, casados, com experiência mínima de três meses no trabalho noturno. Os dados foram analisados a partir dos objetivos específicos, que tiveram como propósito identificar os reflexos do trabalho noturno nos corpos dos trabalhadores, nas suas relações sociais e no seu perfil profissional. Os resultados obtidos com a pesquisa demonstraram que há reflexos negativos na vida cotidiana dos trabalhadores, principalmente no corpo e nas relações sociais. Porém, também foi observado que o trabalho noturno não é fator decisivo para iniciar um conflito, mas pode ser um fator que potencialize os conflitos pré-existentes na vida do sujeito, como, por exemplo, em relação ao lazer e ao relacionamento amoroso.

Palavras-Chave: Trabalho Noturno. Vida Cotidiana. Constituição do sujeito.

LISTA DE TABELAS

Tabela 1 – Dados dos Participantes.....	32
Tabela 2 – Objetivos específicos e categorias de análise	34
Tabela 3 – Primeiro objetivo específico e as categorias de análise.....	36
Tabela 4 – Segundo objetivo específico e as categorias de análise.....	44
Tabela 5 – Diferenciação no contato com os amigos em relação ao turno de trabalho.....	55
Tabela 6 – Terceiro objetivo específico e as categorias de análise.	57

LISTA DE SIGLAS E ABREVEATURAS

CLT – Consolidação das Leis do Trabalho

IBGE – Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística

MTE – Ministério do Trabalho e Emprego

SUMÁRIO

1 APRESENTAÇÃO	11
2 INTRODUÇÃO	12
2.1 OBJETIVOS	19
2.1.1 Objetivo geral	19
2.1.2 Objetivos específicos	19
3 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA	20
3.1 O TRABALHO NOTURNO.....	20
3.2 O SENTIDO DO TRABALHO PARA O SUJEITO	23
3.3 CONSTITUIÇÃO DO SUJEITO.....	26
4 MÉTODO	30
4.1 CARACTERIZAÇÃO DA PESQUISA	30
4.2 PARTICIPANTES	31
4.3 COLETA DE DADOS	33
4.4 ANÁLISE DOS DADOS	34
5 APRESENTAÇÃO, ANÁLISE E INTERPRETAÇÃO DOS RESULTADOS	36
5.1 TRABALHO NOTURNO E O CORPO	36
5.1.1 Atividade Física	37
5.1.2 Funções Fisiológicas	38
5.1.3 Funções Psicológicas Básicas	42
5.2 TRABALHO NOTURNO E INTERAÇÕES SOCIAIS	43
5.2.1 Filhos	44
5.2.1.1 Perfil Paterno	44
5.2.1.2 Atividades de lazer com os filhos.....	46
5.2.2 Esposa	48
5.2.2.1 Atividades de lazer com a esposa	48
5.2.2.2 Atividades Domésticas	50
5.2.2.3 Perfil Amoroso	51
5.2.3 Amizades	54
5.4 TRABALHO NOTURNO E O PERFIL PROFISSIONAL	56
5.4.1 Motivo de trabalhar a noite	57

5.4.2 Satisfação com o trabalho	59
5.4.1 Aspirações profissionais	60
6 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	63
REFERÊNCIAS	67
APÊNDICES	71
APÊNDICE A – ROTEIRO DE ENTREVISTA SEMIESTRUTURADA	72
APÊNDICE B – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO	74

1 APRESENTAÇÃO

Este Trabalho de Conclusão de Curso está articulado ao núcleo orientado psicologia e saúde, do curso de psicologia, na Universidade do Sul de Santa Catarina, com o intuito de obter o título de psicóloga. A pesquisa teve como objetivo compreender a percepção dos trabalhadores noturnos sobre os reflexos do trabalho noturno na sua vida cotidiana. O trabalho noturno é um fenômeno que ocorre diariamente nas cidades de todo o mundo e geralmente não é vista por uma boa parcela da população.

A visibilidade do trabalho noturno ocorre geralmente quando há a necessidade do sujeito de abastecer o carro ou de ir a um hospital durante o período da madrugada, lugares estes que possuem uma equipe de trabalho preparada para atender a população 24 horas por dia. Destarte, o trabalho noturno no mundo contemporâneo é uma atividade imprescindível para atender a demanda social, que necessita usufruir de produtos e serviços de forma ininterrupta.

Devido ao interesse em aprofundar os estudos sobre o trabalho noturno, a pesquisadora realizou uma pesquisa prévia nas disciplinas de Psicologia Social I e II, sobre as influências do trabalho noturno na relação conjugal dos trabalhadores noturnos. No estudo de caso realizado com um profissional do ramo hoteleiro, o entrevistado não apresentou problemas quanto à relação conjugal, porém relatou descontentamento no seu trabalho, devido ao não reconhecimento de suas funções. Por conseguinte, percebeu-se a necessidade de estudar as influências do trabalho noturno em todo o contexto existencial do sujeito, pois as influências da atividade noturna transcendiam os laços conjugais.

Portanto, há implicações diferentes na rede de relações sociais, nas condições de saúde, entre outros aspectos comparados a um trabalhador que exerce a sua atividade no período diurno. Vale ressaltar que o horário diferenciado de trabalho não resulta necessariamente em um conflito para o sujeito, pois há maneiras diferentes de cada um lidar com os acontecimentos cotidianos. Assim, o objetivo do estudo foi o de compreender como cada sujeito lida com os reflexos do trabalho noturno na sua vida cotidiana.

2 INTRODUÇÃO

A facilidade de comunicação entre as diferentes partes do mundo, inovações tecnológicas constantes e a agilidade no acesso a informação são resultados de um ritmo acelerado decorrente da globalização, fenômeno característico na sociedade contemporânea. A energia que movimenta o motor da globalização são as pessoas, que agitam as engrenagens tanto por usufruírem dos serviços e produtos oferecidos, como também por exercerem essas mesmas atividades que mantêm essa velocidade e sustentam a economia mundial.

Assim, para a manutenção desse ritmo acelerado, é necessário ter trabalhadores para realizarem as atividades que movimentam a economia, tais como a intensa fabricação de produtos e o oferecimento ininterrupto de serviços. Moore-Ede (1993, apud FISCHER, 2004a) visualizou essa mudança ao dizer que a sociedade estava diretamente ligada à tecnologia e ao trabalho contínuo por 24 horas por dia, comumente chamada de *round-the-clock community*. Sendo assim, para que os trabalhadores consigam cumprir a demanda contínua de produtos e serviços exigidos pela sociedade, as empresas utilizam como uma das estratégias a realização das atividades laborativas em regime de escala, seja ela diurna ou noturna.

Porém, a necessidade de prestação de serviços 24 horas não é um evento recente, pois o trabalho no período noturno já ocorria antes mesmo da globalização. Moreno e outros (2003) relatam que há muitos séculos já havia atividades laborativas à noite, principalmente em trabalhos industriais, extrativas e serviços de saúde. Fischer (2004a) conta que a Revolução Industrial iniciada no século XVIII foi um marco histórico na transformação da sociedade agrária em urbana. Com a utilização do carvão para mover as fábricas, as atividades fabris poderiam acontecer durante o dia e a noite, com jornadas de trabalho que chegavam a 16 horas consecutivas. O aperfeiçoamento da luz artificial durante a noite propiciou a utilização do trabalho noturno em larga escala, primeiramente com a descoberta da iluminação a gás em 1800, a iluminação a querosene por volta de 1850, e no final do século XIX, com a descoberta da lâmpada elétrica por Thomas Edison.

No Brasil, o trabalho noturno é regulamentado pelo Ministério do Trabalho e Emprego (MTE) e pela Consolidação das Leis do Trabalho (CLT). A CLT (1943) regulamenta o trabalho noturno urbano como toda atividade realizada das 22 às 05 horas do dia seguinte. No *site* do Ministério do Trabalho e Emprego (2008, s/p) diz que “para o

trabalho urbano, considera-se noturno aquele realizado entre as 22 horas de um dia, e as 05 horas do dia seguinte”.

Após uma breve explanação sobre o que é o trabalho noturno, sua origem e as leis que a regulamentam, é importante também averiguar quem está por trás da realização dessa atividade, pois as pessoas são imprescindíveis para a existência desse tipo de trabalho. Moreno e outros (2003) estimam que no ano de 2003 aproximadamente 10% da população brasileira trabalhava em turnos ou no período noturno, porém esses dados podem ter alterações devido ao trabalho informal, que não é captado pelas pesquisas, e por não ter dados estatísticos específicos sobre o trabalho noturno pelo MTE.

As atividades laborativas realizadas no período noturno constituem um evento que não é vivenciado pela maioria da população, pois o trabalho considerado usual é o realizado de segunda a sexta-feira, no período diurno. A realização dessas atividades em horários não habituais podem gerar alterações no cotidiano dessas pessoas, nas relações sociais e também no âmbito biológico.

Assim, o sujeito que trabalha a noite altera radicalmente o seu ritmo biológico por causa da troca do horário habitual de sono e vigília, pois, como descreve Costa (2004, p. 79) “homens e mulheres são seres diurnos, já que normalmente encontram-se ativos à luz do dia e dormem à noite”. Isso ocorre devido à ritmicidade biológica controlada pelo sistema de temporização, que regula no período diurno um maior número de atividades das funções corporais do que no período noturno. Essa regulação é influenciada pelos fatores ambientais, tais como horário de alimentação, tempo e intensidade de exposição à luz, e atividades produtivas.

Assim, a alteração do ritmo biológico usual pode ocasionar no trabalhador noturno a dificuldade de manter-se acordado no expediente de trabalho, como também dificuldade de dormir no período diurno. Uma das formas de amenizar os efeitos ambientais no ciclo sono/vigília é descrito por Moreno e outros (2003), ao demonstrar que a utilização de luz intensa no ambiente do trabalhador antes deste ir trabalhar, auxilia o mesmo a manter-se acordado. Ao sair do trabalho pela manhã, a utilização de óculos escuros ajuda a simular para o corpo a sensação do entardecer, e ao chegar em casa, o uso de *blackout* nas janelas ajuda a simular a escuridão da noite, e conseqüentemente ajuda o sujeito a dormir como se fosse realmente o período noturno.

Mas nem sempre as estratégias para simular o ambiente agradável para o sono funcionam, e sobre essa problemática, Takada (2002, apud OLIVEIRA, 2005) demonstra em

sua pesquisa os efeitos biológicos e psicológicos de dormir mal. Os resultados demonstram que as noites mal dormidas podem deixar as pessoas suscetíveis a desenvolver doenças, ter problemas gastrointestinais, apresentar envelhecimento precoce, além de apresentarem ansiedade, depressão e distúrbios de memória.

Além dos problemas individuais de dormir mal, o sono atrasado podem ter consequências desastrosas tanto para a sociedade quanto para o meio ambiente, quando em trabalhos de ampla responsabilidade e impacto. Na reportagem apresentada na revista *Mente e Cérebro*, escrita por Moreno e outros (2007), é apresentada três tragédias que ocorreram por decorrência do sono atrasado. O primeiro descrito foi o petroleiro *Exxon Valdez*, que colidiu em um recife da costa do Alasca e derramou no oceano mais de 200 milhões de litros de petróleo. O segundo foi o ônibus espacial *Challenger*, que explodiu a menos de dois minutos depois de deixar o solo, por causa dos diretores da NASA que autorizaram a partida terem dormido pouco na noite anterior do ocorrido. O terceiro foi em Chernobyl, Ucrânia, onde os sonolentos operadores ao invés de religarem os sistemas de segurança, desligaram o resfriamento de emergência. A consequência disso foi uma explosão que espalhou lixo radioativo por mais de 3 mil km². Diante dos fatos exibidos, as influências do trabalho noturno transcendem a vivência individual, pois há a responsabilidade de realizar um serviço em que um erro pode ser irreversível, e o simples fato de dormir pouco, pode ter consequências devastadoras para a população mundial.

Ainda sobre as consequências do trabalho noturno no âmbito biológico, no que se refere à saúde do trabalhador, a pesquisa realizada por Kivimäki e outros (2001) sobre o comparativo entre as enfermeiras diurnas e noturnas quanto aos seus hábitos com a saúde, teve como resultado que:

o trabalho por turnos está associado a riscos de saúde que podem ter o potencial de ser modificado, ou seja, o tabagismo e o excesso de peso. As diferenças dos riscos a saúde entre as trabalhadoras diurnas e noturnas demonstram a maior morbidade das trabalhadoras noturnas. (KIVIMAKI et al, 2001, p. 10, tradução nossa)

Quanto a relação entre o trabalho noturno e a dinâmica psicológica, Guimarães e Teixeira (2003) fizeram uma pesquisa sobre a relação entre os transtornos mentais e o regime de turnos alternados, realizada com operários de uma mineração de ferro. Como resultado, concluíram que as pessoas que trabalham em regime de turnos têm duas vezes maior tendência a apresentarem adoecimento mental. Além disso, os trabalhadores que

apresentavam transtornos mentais e tiveram o seu sistema de trabalho alterado, não apresentaram melhoras nos sintomas psicológicos. Portanto, para as pesquisadoras, a prevenção é a melhor ferramenta para diminuir a incidência de sintomas psicossomáticos.

Torna-se importante destacar, então, que além das decorrências do trabalho noturno nos aspectos biológicos e psicológicos, há também modificações na convivência social, devido à realização da atividade laborativa no período em que a maioria das pessoas está descansando. A restrição de horários faz com que esses funcionários se esforcem para conciliar o seu período livre com as atividades de lazer oferecidas, e também com os horários disponíveis da família e dos amigos. Seligmann-Silva (1994, apud ROTENBERG, 2004, p. 55) problematiza sobre a qualidade do relacionamento do trabalhador com a família, ao entender que o “relacionamento do trabalhador com os familiares se deteriora, em função do cansaço e da necessidade do trabalhador de dormir durante o dia e de se ausentar durante a noite”.

Por conseguinte, o relacionamento familiar dos colaboradores noturnos pode ser prejudicado, como descreve Rotenberg (2004), pois estes trabalhadores muitas vezes não conseguem realizar plenamente os papéis sociais esperados pela sua cultura, tais como pai/mãe, filho/a, parente e cônjuge. Monk e Folkard (1992, apud ROTENBERG, 2004, p. 54) realizaram um estudo sobre as influências do trabalho noturno na conjugalidade, e identificaram três fatores que são prejudicados:

a) o cuidado, que afeta principalmente as mulheres trabalhadoras, que se deparam com a expectativa da sociedade e da família, em particular, de que ela deve cuidar das atividades domésticas; b) a companhia, já que em muitas sociedades há o hábito de encontrar outros casais regularmente à noite ou nos fins de semana; e c) as relações sexuais, já que a pessoa que trabalha à noite muitas vezes está disponível em momentos em que o ato sexual não é possível, seja porque o cônjuge está no trabalho de dia, seja por causa da presença das crianças.

Porém, o relacionamento social não é somente um dos itens que pode ser prejudicado pelo trabalho noturno, mas pode ser também um alicerce para o sujeito lidar melhor com as implicações de trabalhar a noite. Inclusive, o trabalho noturno pode ser favorável para a vida dessas pessoas nos seguintes aspectos: a possibilidade de ter um retorno financeiro maior, devido ao adicional noturno; escalas de 12x36 proporcionam ao trabalhador maior tempo de folga e conseqüentemente melhorias na vida doméstica e social; bem como em alguns casos a relação com o cônjuge é melhorada devido aos períodos de ausência. (ROTENBERG, 2004; MACÊDO, 2006)

Sobre os fatores que têm relação com a tolerância de se trabalhar no período noturno, Costa (2004) demonstra que as características de personalidade do sujeito, o aparato biológico, a adaptabilidade a trabalhar a noite, boa alimentação, condicionamento físico e idade cronológica, são aspectos importantes para que o trabalhador possa exercer um bom desempenho em sua atividade laborativa. Outrossim, ocorre com as condições sociais e familiares, pois o bom relacionamento com a família, a quantidade de filhos, o acesso a atividades de lazer e as condições financeiras são aspectos importantes que podem influenciar a vivência empregatícia da pessoa.

Outro estudo realizado por Costa (2004) demonstra que a adaptação ao trabalho noturno dependerá das características particulares do sujeito. Ele chegou a essa conclusão ao fazer uma compilação dos estudos relacionados a esse tema e concluiu que de 15 a 20% das pessoas que trabalham a noite deixam o seu serviço devido a problemas de saúde, entretanto, 5 a 10% dos trabalhadores relatam que não há nenhuma queixa sobre a sua atividade laborativa. Portanto, o autor concluiu que a maioria dos trabalhadores consegue lidar com o trabalho em turnos e noturno, o que ocorre é a diferença de nível de adaptabilidade entre um trabalhador e o outro.

[...] os que trabalham em turnos podem mostrar uma taxa de absenteísmo menor, a despeito de uma frequência maior de queixas e doenças, tanto devido a uma solidariedade maior entre os colegas (já que a ausência inesperada pode causar mais problemas para os outros no turno do que para um dia normal de trabalho) quanto a um limiar maior na percepção, classificação e relato de queixas e problemas, que os que trabalham em turnos geralmente aceitam como “parte do trabalho” (COSTA, 2004, p. 88)

Além disso, a autora Grandjean (1998) apresenta o estudo sobre as perturbações nervosas e doenças no aparelho digestivo por decorrência do trabalho em turnos. Através dessa pesquisa, foi observado que as pessoas que deixaram de trabalhar a noite para trabalhar durante o dia devido à problemas de saúde e má-adaptação ao trabalho noturno, tiveram um aumento significativo nas doenças do aparelho digestivo e sistema nervoso. Conclui-se, a partir dos resultados apresentados, que a comparação entre trabalhadores noturnos e diurnos deve ser feita com cuidado, pois nesse caso, o agravo das doenças não estava diretamente relacionado ao turno de trabalho.

Na perspectiva dos trabalhadores noturnos, as pesquisas de opinião mostram que há aspectos positivos e negativos de se trabalhar a noite. Os negativos são as dificuldades no relacionamento social e efeitos negativos na sua saúde, por outro lado, há aspectos positivos,

tais como: a possibilidade de aumentar o salário, devido ao adicional noturno; horários de folga diferenciados, que podem propiciar vantagens dependendo do lazer e/ou atividades do sujeito. Mas os aspetos considerados como negativos apareceram em maior número nas pesquisas. (GRANDJEAN, 1998)

A partir das situações expostas sobre as influências do trabalho noturno na vida das pessoas, pode-se afirmar que podem haver características tanto positivas quanto negativas de se trabalhar a noite. O importante é entender como o sujeito lida com essa situação que não é comum para a maioria das pessoas. Para isso, é necessário compreender o sujeito, conforme descreve Schneider (2011), como um ser integral, psicofísico, que se constrói através de sua relação com o mundo, um ser histórico e dialético. Sendo assim, generalizar a atividade noturna como algo apenas prejudicial para a vida do sujeito é desconsiderar a particularidade do mesmo, pois a perspectiva de uma atividade ser boa ou ruim partirá da subjetivação das mediações que a pessoa teve e continua tendo no seu cotidiano, e também se a sua atividade condiz com o seu desejo e projeto de ser. Vale enfatizar que desejo de ser é o que move o sujeito a realizar as suas ações no mundo, e o projeto de ser é o futuro pelo qual o sujeito se dirige a partir de suas ações. (SCHNEIDER, 2011)

Verdier e outros (2004, p. 141) corroboram com a autora supracitada ao afirmarem que esse trabalhador não é um indivíduo meramente biológico, pois consideram que ele “é ao mesmo tempo um indivíduo que raciocina, que evolui em um contexto social, [...] que não pode ser fragmentado, que está no centro da questão da organização de trabalho em horários não usuais.” Ao se pensar no sujeito em sua totalidade, suscita a refletir como ele vivencia a sua escolha de trabalhar a noite, e como isso se relaciona no seu contexto existencial.

Na perspectiva sartreana, Castro e Zanelli (2007), ressaltam que a escolha do sujeito é movida por um futuro experimentado como um projeto de ser, e as suas ações são direcionadas para a concretização desse desejo, mediante a sua vivência concreta no contexto sócio histórico em que está inserido. Então, o sentido que o sujeito dá para o trabalho é permeado de significações sociais embasadas em um contexto histórico, além de ser norteado por um desejo de ser. Dessa forma, compreender o desejo de ser é entender, dentre várias outras coisas, o sentido que o sujeito tem sobre a sua trajetória profissional, para assim verificar se as suas ações estão viabilizando o sujeito no seu contexto existencial.

Para compreender o contexto existencial do sujeito, conforme a perspectiva sartreana exposta por Schneider (2011), é necessário averiguar o campo sociológico e

antropológico do qual o sujeito se relaciona. O campo sociológico, conforme a teoria, envolvem as relações que o sujeito tem com a sua família e amigos; já o campo antropológico está ligado à cultura e a sociedade em geral. Assim, o sujeito é um ser psicofísico que se relaciona no sociológico e antropológico, e através dessa relação é possível entender o sujeito em sua complexidade.

A partir das reflexões realizadas sobre o trabalho noturno e as possíveis influências dessa atividade na vivência desses trabalhadores, questionou-se: qual é a percepção dos trabalhadores noturnos sobre os reflexos do trabalho noturno na sua vida cotidiana?

A relevância científica deste trabalho consistiu em produzir conhecimento acadêmico sobre o trabalho noturno com o olhar da psicologia. Foram utilizados como fonte de pesquisa os artigos encontrados nas bases de dados *Scielo*, Google Acadêmico, BVC e *Human Resources Abstracts*, acessadas em agosto de 2011, bem como livros relacionados ao trabalho noturno. Nos textos encontrados sobre o tema, em sua maioria descrevem as consequências negativas do trabalho noturno na vida do sujeito, abordando principalmente os aspectos biológicos, e em seguida os aspectos sociais. Como exemplo, citam-se: Costa (2004), que fala sobre a ritmicidade biológica e cronobiologia; Moreno e outros (2003) demonstram como a intensidade luminosa influencia no ciclo sono-vigília; e Rotenberg (2004) estuda as influências do trabalho noturno no âmbito social.

O âmbito psicológico aparece como característica resultante dos efeitos do trabalho noturno nos textos encontrados, e geralmente está relacionado ao estresse, ansiedade, depressão e doenças psicológicas, conforme exposto por Guimarães e Teixeira (2003) e Takada (2002, apud OLIVEIRA, 2005). Por conseguinte, o foco deste estudo foi entender os efeitos do trabalho noturno na vida cotidiana dos trabalhadores, levando em conta os aspectos biológicos, sociais e psicológicos.

Outra questão que demonstra a importância dessa pesquisa é a ausência de trabalhos acadêmicos realizados sobre o trabalho noturno na própria Unisul. Através do *site* da biblioteca da Unisul, acessado em outubro de 2011, foi realizada uma busca em artigos, teses, dissertações, monografias de graduação e pós-graduação, com a palavra chave “trabalho noturno”. Através do resultado da busca, afirma-se que não foram encontrados registros na biblioteca da Unisul tinham como tema principal o trabalho noturno.

Quanto à relevância social, este trabalho buscou entender o fenômeno do trabalho noturno com base na psicologia, pois este tipo de trabalho já ocorre há alguns séculos e foi

pouco explorado em pesquisas por essa área de conhecimento. Dessa forma, foi necessário ampliar os estudos sobre esse tema a fim de subsidiar a atuação do psicólogo com esse público, no sentido de ajudar esses trabalhadores, caso necessitem, a criarem estratégias para lidar positivamente com os horários não habituais.

Para um psicólogo que trabalha em uma empresa que aplica o trabalho noturno, entender as decorrências desse tipo de trabalho pode ajudar a elaborar táticas para atenuar os efeitos negativos que podem ocorrer nos colaboradores. Ao entender a complexidade das alterações vivenciais dos trabalhadores, o psicólogo poderá utilizar esse conhecimento para elaborar, por exemplo, palestras informativas, fazer acompanhamento individual, ou ainda averiguar se o tipo de escala de trabalho exercida na empresa propicia a qualidade de vida desses profissionais. Assim, poderá contribuir para o bem estar das pessoas e a partir da vivência prática, construir novos conhecimentos sobre o tema.

2.1 OBJETIVOS

2.1.1 Objetivo geral

Compreender a percepção dos trabalhadores noturnos sobre os reflexos do trabalho noturno na sua vida cotidiana.

2.1.2 Objetivos específicos

- Identificar os reflexos do trabalho noturno no corpo;
- Identificar os reflexos do trabalho noturno nas interações sociais;
- Identificar os reflexos do trabalho noturno no perfil profissional.

3 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

A fim de subsidiar a análise de dados, os subcapítulos da fundamentação teórica servirão para aprofundar algumas questões relacionadas à pesquisa. Os aspectos históricos e legais do trabalho noturno são abordados no primeiro subcapítulo. No segundo, é realizada uma discussão teórica sobre o sentido do trabalho para o sujeito, articulando algumas teorias para explicar os motivos da escolha e a importância do trabalho na vida do trabalhador. O terceiro e último subcapítulo é dedicado a fazer uma breve explanação sobre a abordagem teórica utilizada neste trabalho, a psicologia existencialista sartreana.

3.1 O TRABALHO NOTURNO

Como já exposto, o trabalho noturno é toda atividade laborativa realizada entre às 22 horas de um dia até às 05 horas do dia seguinte, sendo que cada hora de trabalho corresponde a 52 minutos e 30 segundos comparada com a hora do dia, além de os colaboradores noturnos terem a remuneração 20% superior a da diurna. O trabalho noturno existe devido à necessidade de continuidade da produção ou da prestação de serviços, e para isso há a divisão do trabalho em regime de turnos, e em cada um desses turnos tem uma equipe de trabalho. As equipes podem trabalhar em horários fixos ou alternados, exercendo as suas atividades de forma ininterrupta ou com pausas predeterminadas pela empresa em um dia ou horário. (FISCHER, 2004a).

Sobre os aspectos históricos do trabalho noturno, essa atividade não é um fato originado recentemente com a globalização, pois esse tipo de trabalho já ocorria no início da história do homem. Tudo começa há 7000 AC com a descoberta do fogo, como relata Rodrigues (1998), pois com essa descoberta o homem teve a possibilidade de ingerir alimentos cozidos e quentes, além de conseguir ter iluminação no período noturno. Scherrer, (1981, apud FISCHER, 2004a) conta que no Império Romano a iluminação noturna favoreceu para descongestionar as ruas durante o dia, pois a circulação de cavalos ou carroças, por ser proibida durante o período diurno, ocorria apenas no período noturno. Isso acontecia em

decorrência das ruas estreitas de Roma, que desfavoreciam o comércio local no período diurno por dificultar o trânsito das pessoas que faziam as suas compras. Mas não eram apenas os trabalhadores da área de transportes que trabalhavam durante a noite, pois conforme Macêdo (2006), os profissionais da área da saúde também exerciam as suas atividades no período noturno, tais como enfermeiras, médicos e parteiras. Os padeiros trabalhavam durante a noite para produzirem os pães frescos a serem consumidos no período matutino, fato este que existe até hoje.

As atividades noturnas continuaram a ser realizadas ao longo dos séculos, sendo que na Idade Média o trabalho noturno era realizado nas minas de extração. Na Revolução Industrial, época que aumentou a demanda de trabalho, exigiu que os trabalhadores exercessem longos horários de trabalho, o que fez ocorrer mais uma vez o trabalho noturno. A partir da década de 1990, Macêdo (2006, p. 31) demarca que se ampliou “em todo o mundo o fornecimento de serviços que atendem à sociedade durante muitas horas do dia e da noite, durante toda a semana, como os centros de compras, lazer, hotéis, academias de ginástica, serviços educacionais”. Com a demanda da sociedade de obter os produtos e serviços em qualquer horário do dia ou da noite, fez com que o trabalho noturno seja uma atividade imprescindível no mundo contemporâneo.

Todos os dias, ao acordarmos, queremos ler o jornal do dia, comer o pão francês fresquinho da padaria, ter na mesa o café recém-preparado e quente, ouvir notícias no rádio ou na televisão. [...] Podemos telefonar a qualquer momento para nossos familiares e amigos, pegar o nosso carro e abastecer de combustível, tanto de dia quanto à noite, [...] se precisarmos de socorro médico, ou da segurança pública, bombeiros, estes estão a serviço de toda a sociedade. [...] Os serviços de correspondência rápida levam nossas cartas e encomendas a várias partes do território brasileiro em 24 horas. (FISCHER, 2004a, p. 3)

Embora as atividades em turnos ocorram em diversas áreas do mercado, as empresas no ramo da indústria são as que mais exploram o esquema de escala, pois a produção precisa trabalhar continuamente para cumprir a meta dos pedidos enviados à fábrica. Para isso, aplica-se a técnica de produção *just in time*, pois as empresas buscam trabalhar ininterruptamente para atender a demanda de mercado. Assim, o sistema de transportes também necessita trabalhar direto para entregar as mercadorias, o que demanda que postos de combustíveis fiquem abertos 24 horas por dia, e assim por diante, um demandando do outro a impossibilidade de fechar as suas portas. (JESUS, 2011; RODRIGUES, 1998).

Por conseguinte, para atender a demanda social de serviços e produtos de forma ininterrupta, as empresas organizam a escala de trabalho conforme o ritmo que deve ter a

produção e os serviços. Para isso, os esquemas de trabalho em turnos, exposto por Jesus (2011), organizam-se de diferentes formas: dois turnos de doze horas, ou três turnos de oito horas, ou ainda quatro turnos de seis horas. Fischer (2004a) afirma que os turnos podem ser fixos, ou seja, o trabalhador realiza a sua atividade sempre no mesmo horário; como também pode ser alternante ou em rodízio, significando que a escala é alterada depois de um período predeterminado (dias, semana, quinzena, mês).

Rodrigues (1998) complementa a explicação sobre os tipos de turnos ao citar alguns dos diversos tipos que existem no Brasil e no exterior. O que ele considera tradicional é o esquema de três turnos de 8 horas trabalhadas por dia, porém existem outros, tais como, dois turnos de 12 horas, com 24 horas de folga, geralmente aplicado em vigias; em plataformas marítimas de petróleo, por exemplo, há turnos de 12 horas de trabalho em 14 dias seguidos, pois pela distância de casa seria praticamente impossível ir e vir todos os dias. Após o trabalho ininterrupto, o trabalhador tem direito uma determinada quantidade de dias de folga, que dependerá do país em que o trabalhador está locado: nos Estados Unidos, 14 dias; no Brasil, 21 dias; e na Noruega, 28 dias de folga. Além dessas escalas, existe um tipo geralmente aplicado para garçons e garçonetes, entre outras funções, que seria o turno único trabalhado de tarde ou de noite. Há também turnos apenas de fins de semana e feriados, caracterizados como *bridging shift*, bem como turnos de sobreaviso, ou *on call shift*, que consiste no trabalhador aguardar a demanda de serviço, ficando assim a disposição da empresa 24 horas por dia.

Quanto aos trabalhadores que trabalham em regime noturno, os artigos coletados sobre o tema têm como ponto chave as influências negativas do trabalho noturno na vida dos trabalhadores, com enfoque em maior número nas consequências biológicas, e em menor número, nas consequências sociais e psicológicas, como destacado anteriormente. Porém, a generalização das consequências nem sempre trazem dados reais de observação, como foi constatado anteriormente, pois nem todo trabalhador considera o trabalho noturno como algo que atrapalhe a sua vida. Cabe afirmar então, que o objetivo deste estudo é compreender como cada trabalhador lida com as modificações cotidianas por causa da atividade laborativa noturna, ou seja, como ele atua a partir desse contexto.

Fischer (2004b) corrobora com o tema supracitado ao afirmar que há diferenças de pessoa para pessoa na adaptação da atividade noturna, pois cada um tem uma história diferente. A autora relata alguns fatores que podem interferir na tolerância do trabalho noturno, como por exemplo, idade, sexo, saúde, adaptação ao horário de sono, características

de personalidade, tipo de moradia, família, entre outros. Portanto, para compreender como o trabalhador noturno lida com a sua rotina, é necessário entendê-lo em sua complexidade e não aplicar regras gerais de generalização, pois o que mobiliza uma pessoa positivamente, pode mobilizar a outra negativamente.

Por fim, o trabalho noturno é uma atividade legalizada no Brasil e ocorre desde os primórdios, e tem tudo para continuar sendo aplicada no futuro, pois a cada dia há uma nova exigência do mercado consumidor. No que tange aos trabalhadores que exercem essa atividade, é importante salientar que o trabalho noturno, por ser um trabalho fora dos padrões de horário comum, pode ocasionar efeitos tanto positivos quanto negativos no contexto existencial dessas pessoas, e um dos fatores que ajuda a entender a qualidade de vida do trabalhador noturno é a compreensão do sentido que o trabalho tem na vida do sujeito.

3.2 O SENTIDO DO TRABALHO PARA O SUJEITO

O trabalho está presente no cotidiano de uma grande parcela da população mundial, e no Brasil, conforme dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), a média de trabalhadores em 2010 foi de 22 milhões de pessoas, o que corresponde a 11,5% da população brasileira. Após a exposição dos dados estatísticos supracitados, é necessário esclarecer o que significa o trabalho para as pessoas que exercem essa atividade. O trabalho ocupa boa parte da vida das pessoas, seja como forma de sustento para a sua família, ou ainda como algo que o dignifica, dá um sentido para a vida e constitui um papel social.

A origem da palavra trabalho vem do latim *tripalium*, que reúne as sílabas *tri* (três) e *palus* (pau), ou seja, instrumento de três paus usado tanto para processar o cereal, quanto instrumento de tortura utilizado pelo mundo cristão após a substituição da cruz. (ALBORNOZ, 2002, apud MACÊDO, 2006). Sobre o conceito dessa palavra no dicionário Michaelis (2009, s/p), seria o:

exercício material ou intelectual para fazer ou conseguir alguma coisa; esforço, labutação, lida, luta; aplicação da atividade humana a qualquer exercício de caráter físico ou intelectual. Tipo de ação pelo qual o homem atua, de acordo com certas normas sociais, sobre uma matéria, a fim de transformá-la.

Além do conceito sobre a palavra trabalho, há também o sentido que essa atividade tem na vida do sujeito, e no decorrer da história humana, houve modificações no sentido do labor. Antigamente, o sentido atribuído pelo homem era de sofrimento e castigo, em decorrência da história de Adão e Eva na Bíblia. Conta a história que ambos foram expulsos do paraíso por desobedecerem a ordem de Deus, e tiveram como castigo a obrigação a trabalhar para sobreviver, sob os seguintes dizeres: “você comerá seu pão com o suor do seu rosto [...]” (Gn. 3, 19). Além do contexto de sofrimento da bíblia, ao dizer que a mulher está prestes a dar à luz, é utilizado o termo “trabalho de parto” para designar o sofrimento que a mulher irá ter ao parir o seu filho. Woleck (2008, p. 2-3) explana sobre o sentido do trabalho como castigo, ao afirmar que:

como operação humana, na sua origem, o trabalho foi percebido como um castigo e significou, por muito tempo, algo como sofrimento e escravidão. Na tradição judaico-cristã, o trabalho associa-se à noção de punição, de maldição, como está registrado no Antigo Testamento (punição do pecado original). Decorre desse princípio bíblico o sentido de obrigação, dever e responsabilidade. A equiparação entre trabalho e sofrimento não é o de simples cansaço; representa, também, uma condição social.

Macêdo (2006) apresenta a visão sobre o trabalho na perspectiva de Marx, na obra “O Capital”, dizendo que o trabalho é uma atividade que ajuda na construção da subjetividade humana, pois o trabalho indica o processo de transformação da natureza para um objeto da cultura do homem, para satisfazer as suas necessidades. No momento que o homem não se vê mais no objeto de seu trabalho, quando o sentido do seu trabalho é apenas para fins capitalistas, há uma inconsistência no processo, deixando de ser benéfico para o sujeito, tornando-o apenas um reprodutor.

[...] trabalho é um processo de que participam o homem e a natureza, processo em que o ser humano com sua própria ação, impulsiona, regula e controla seu intercâmbio material com a natureza [...]. Atuando assim sobre a natureza externa e modificando-a, ao mesmo tempo modifica sua própria natureza. (MARX, 1996, apud MACÊDO, 2006, p.21)

Tolfo e Piccinini (2007) realizaram um estudo sobre os sentidos e o significado do trabalho na vida do sujeito, e a partir dos escritos conclui-se que a atividade laborativa é algo importante na vida do sujeito, pois influencia nos aspectos psicológicos e sociológicos, auxiliando a construir a identidade e subjetividade do indivíduo. Ou seja, através do seu trabalho, o sujeito vai construindo a sua personalidade concomitante a realização de seu

trabalho, e o sentido que este trabalho tem para o sujeito pode ser alterado a qualquer momento, devido a uma compreensão dialética de homem.

Na perspectiva existencialista sartreana, o sentido do trabalho para o sujeito está diretamente vinculado ao seu desejo de ser, e este desejo direciona as suas ações para atingir seu objetivo, ser algo que ainda não é. Destarte, o homem direciona as suas ações visando um futuro, norteado pelo seu desejo de ser. Para Maheirie (2002, p. 33), “o desejo de ser é definido como aquilo que movimenta o sujeito no mundo e seu movimento é o impulso ao não existente, aquilo que não se é”.

Ehrlich (2002) realizou sua dissertação de mestrado vinculando o conceito de projeto de ser, com base na teoria existencialista, com a orientação profissional. Um dos pontos destacados pela autora é a compreensão de que o sujeito atua no mundo sobre uma perspectiva de futuro, e que as suas ações não são apenas norteadas a partir do passado do sujeito. Portanto, a motivação de uma pessoa seguir um caminho ao invés de outro, e realizar um tipo de ação em detrimento à outra, está relacionado ao futuro que este projeta para si.

Castro e Zanelli (2007) entendem que o significado do trabalho para o sujeito é construído a partir de um conjunto de variáveis, compostos pelas contradições sociológicas que o sujeito teve em seu passado, as ações para a realização do desejo pelo qual se direciona, em detrimento a um campo de possibilidades em que o sujeito está inserido. Vale ressaltar que o homem é seu projeto, e não um ser que possui um projeto, pois ao agir na objetividade em prol de um futuro, está construindo ao mesmo tempo o seu ser. “O homem, desse modo, é o futuro para o qual se elege e projeta e alcançar essa realidade futura projetada o faz tornar-se determinada pessoa e detrimento a outras possíveis.” (CASTRO; ZANELLI, 2007, p. 26).

Através dos sentidos e significados supracitados, é possível observar a amplitude desse tema e como ele é essencial na vida do sujeito, pois a maior parte do tempo o sujeito passa trabalhando, seja como forma de sustento, ou por prazer, ou na busca da realização dos seus sonhos. O trabalho em turnos e noturno também é influenciado pelo sentido que o trabalhador atribui para a sua atividade, e ao gostar de trabalhar noite, influencia na qualidade do seu desempenho. Porém, a satisfação pessoal do sujeito transcende o significado que este atribui ao trabalho, pois há outras atividades que este exerce no seu cotidiano que também tem importância para a sua vida. Gostar do trabalho é importante, mas se este trabalho influencia negativamente nas relações sociais do indivíduo, poderá causar conflitos psicológicos.

3.3 CONSTITUIÇÃO DO SUJEITO

A perspectiva existencialista, através do seu precursor Jean Paul Sartre, tem como base que o homem é construído por meio de suas relações sociais, e através delas que o homem se humaniza. Para Sartre (2010a, p. 25), isso “significa que o homem existe primeiro, se encontra, surge no mundo, e se define em seguida. Se o homem, na concepção do existencialismo, não é definível, é porque ele não é, inicialmente, nada.” Por conseguinte, o sujeito, que é corpo-consciência, constitui a sua personalidade através da relação dialética que estabelece com o mundo.

A relação dialética do sujeito com o mundo ocorre através das mediações oriundas no contexto sociológico e antropológico na vida do sujeito, através do objetivo para o subjetivo, e este atua também nesse mundo de forma particular, com o movimento do subjetivo para o objetivo, caracterizado pelo método progressivo-regressivo. Destarte, o homem se constrói através das suas ações concretas no mundo e a materialidade é essencial para constituir o seu ser. Portanto, para essa abordagem,

[...] o sujeito encontra-se inserido em condições materiais, antropológicas, sociológicas, existenciais concretas, e é no processo de apropriação dessas condições que constitui sua subjetividade, que imediatamente se objetiva, através de seus atos (sua práxis), seus pensamentos, suas emoções. (SCHNEIDER, 2011, p. 115).

Mas o que move o sujeito para se relacionar com o mundo? O que norteia as suas ações? Para a abordagem existencialista de Sartre, o sujeito se move no mundo em direção de um desejo de ser, pois se a existência precede a essência, e não estamos prontos *a priori*, o sujeito precisa se relacionar socialmente para construir a sua personalidade. Através das suas relações com o mundo, o sujeito perceberá o seu desejo de ser e direcionará as suas ações na perspectiva de um projeto. Este projeto, de acordo com Sartre (1960, p. 158) existe desde a nossa infância, pois vivemos essa época já pensando no futuro, e isso “determina gestos e papéis dentro de uma perspectiva de por vir. [...] já que os gestos e papéis são inseparáveis do projeto que o transforma [...]”. Portanto, o homem direciona as suas ações mediante a um projeto de ser, sendo que este projeto pode ser mudado a qualquer momento, pois o sujeito se relaciona no mundo de forma dialética.

No entanto, o projeto está diretamente relacionado com o contexto social, histórico e econômico em que o sujeito está inserido, relacionado a um campo de possibilidades. Dessa forma, estreita-se o campo de possibilidades quando as condições externas não favorecem a realização do desejo do sujeito, pois “as condições materiais de sua existência circunscrevem o campo de suas possibilidades” (SARTRE, 1960, p. 152). Assim,

[...] para as classes desfavorecidas, cada enriquecimento cultural, técnico ou material da sociedade representa uma diminuição, um empobrecimento, o futuro é quase totalmente barrado. Assim, positiva e negativamente, os possíveis sociais são vividos como determinações esquemáticas do futuro individual. E o possível mais individual não é senão a interiorização e o enriquecimento de um possível social. (SARTRE, 1960, p.153)

Ao se pensar na qualidade de vida de um trabalhador noturno, entende-se esse sujeito no seu contexto existencial, no qual o campo de possibilidades precisa favorecer a realização de seu desejo. Se há a necessidade de trabalhar a noite para complementar a renda familiar, a necessidade financeira faz com que esse sujeito direcione as suas ações para suprir essa demanda. O conflito existirá quando o seu desejo não coincide com o que o sujeito está vivendo, e as suas ações não o levam a realizar o seu projeto de ser. Mas nem sempre o sujeito sabe qual é o seu desejo e seu projeto, pois pode agir de forma espontânea no mundo sem refletir sobre o que está vivendo. Então,

o projeto, portanto, não é um acontecimento que o sujeito toma consciência em determinado momento de sua vida, como uma coisa diferente dele, pelo contrário, o projeto acontece no plano do vivido, resulta no/do próprio sujeito, pois é sobre o projeto que o sujeito se constitui – mesmo se esse projeto for alienado ou for vivido no plano de uma reflexão não posicional de si. (MAHEIRIE; PRETTO, 2007, p. 458)

Ao se pensar no projeto de ser no âmbito do trabalho, compreende-se que todo ato humano tem significado, assim, a simples ação do homem não se restringe apenas a ela mesma. Castro e Zanelli (2007, p. 25) exemplificam a afirmação acima ao afirmar que a ação do homem em direção a um projeto de ser tem um sentido particular, assim, pode-se mencionar que ao “[...] trabalhar como executiva para se tornar independente e dona de si mesma, em vez de submissa como sua mãe, ou trabalhar como professora para se tornar referência para a vida dos alunos, ao invés de excluída como sua família de origem [...]”.

Quanto à compreensão sobre a personalidade humana, para essa abordagem psicológica, como enfatizado anteriormente, o homem constrói o seu ser através das suas

relações com o mundo, e a sua personalidade está em constante transformação, por ter uma perspectiva dialética. Para compreender a dinâmica psicológica do sujeito, é necessário acessar as suas objetivações concretas no mundo, utilizando-se de seus perfis para entender como o sujeito atua e se percebe como mãe/pai, filho, profissional, esposo(a), entre outros. Através de cada perfil o sujeito constrói o seu saber de ser, que para Schneider (2011, p. 162) é a “apropriação singular que o sujeito faz da inteligibilidade dos acontecimentos que lhe ocorrem, dos valores, crenças e diferentes racionalidades existentes no contexto social, antropológico e que está inserido, mediatizados pelas pessoas que o cercam.” Dessa forma, a personalidade do sujeito é construída através da relação dialética entre a subjetividade e a objetividade, sempre de forma dinâmica e inacabada.

Então, se o sujeito se objetiva através de perfis, o conflito pode ocorrer em qualquer um deles, e este acontecimento pode influenciar nos seus demais perfis e da forma como este atua no contexto sociológico. Sobre essa temática, Sartre (2011) afirma que ao fazer a comparação das manifestações do sujeito, o objetivo é conhecer o projeto fundamental que é compartilhado por todos os perfis, pois em cada um deles pode-se encontrar o sujeito em sua integralidade.

No caso do trabalhador noturno, se ele apresentar conflito em algum dos seus perfis, poderá influenciar toda a sua complexidade de ser. Caso tenha dificuldades de lidar com o seu trabalho, ou seja, o seu perfil profissional, pode acontecer de ele, ao manifestar descontentamento no seu trabalho, influenciar negativamente os outros âmbitos de sua vida, por essa abordagem entender o sujeito como um ser integral, não podendo assim dissociar o mesmo. Castro e Zanelli (2007, p. 28) legitimam essa afirmação ao dizerem que:

[...] os estressores crônicos laborais podem ser capazes de conduzir a desvios e fracassos do projeto de ser e, dessa forma, produzir fracassos psicológicos incapacitantes, à medida que alcançam a totalidade do sujeito e não unicamente o seu perfil profissional.

Mas nem sempre o homem percebe o que está acontecendo, pois uma das formas de o sujeito atuar no mundo é utilizar a consciência espontânea. Maheirie (2002) afirma que ao viver na espontaneidade, o sujeito não se coloca como objeto de reflexão, e as suas ações no mundo ocorrem de uma forma que o sujeito se sente como que absorvido pela sua atividade, por exemplo, ao ler um livro, cozinhar, entre outras atividades.

Porém, há outros momentos em que o sujeito necessitaria refletir sobre si e suas ações para propiciar mudanças no contexto em que vive, e não ocorre por vivenciar as suas

experiências alienadamente. Ao se experimentar como alienado, a pessoa não se sente a protagonista de sua história e atua no mundo apenas em resposta dos acontecimentos sem refletir criticamente sobre o que acontece com ela. Mas, para que a mudança ocorra, o sujeito precisará se posicionar frente aos acontecimentos e agir ativamente no mundo, de forma que se coloque como objeto de reflexão para que a mudança ocorra. (MAHEIRIE; PRETTO, 2007)

Em suma, o sujeito, nessa abordagem psicológica, é compreendido como um ser que se constrói à medida que interage no mundo, e as suas manifestações são a sua essência, ou seja, não há um conteúdo latente a espera de emergir, pois o sujeito é realmente aquilo que demonstra ser. Além disso, o homem pode se modificar a qualquer momento, pois este é livre para escolher o seu caminho dentro de um campo de possibilidades, e o projeto é o norteador de suas ações no presente. A pessoa é um ser integral, ou seja, sempre em relação a um contexto histórico, econômico, social; dotado de corpo-consciência, e em ato através de seus perfis. Assim, não é possível generalizar um efeito para todas as pessoas, pois cada uma delas tem uma forma diferente de criar e de lidar com o seu contexto existencial.

4 MÉTODO

4.1 CARACTERIZAÇÃO DA PESQUISA

A natureza desta pesquisa é qualitativa, pois os dados coletados possuem conteúdos com “universo de significações, motivos, aspirações, atitudes, crenças e valores” sobre a percepção dos trabalhadores noturnos quanto a relação entre o trabalho noturno e seu projeto de ser. (MINAYO, 2004, p. 28)

A questão do homem enquanto ator social ganha corpo e faz emergirem, com toda a sua força, as ciências sociais que se preocupam com os significados. [...] Conduz-nos também a enfatizar as correntes de pensamento que assumem com a essência da sociedade o fato do homem ser o ator de sua própria existência. (MINAYO, 2004, p. 33)

A pesquisa foi classificada como exploratória, pois buscou entender a percepção dos sujeitos perante o trabalho noturno, através de uma entrevista semiestruturada. De acordo com Gil (2002), a finalidade da pesquisa exploratória é de aprimorar o conhecimento científico produzido até o presente momento sobre o tema a ser pesquisado. Nesse caso, foram aprimorados os conhecimentos acerca da relação entre trabalho noturno e projeto de ser do trabalhador noturno.

Quanto ao delineamento da pesquisa, foi caracterizado como estudo de campo, pois teve como propósito o contato direto com o público alvo, ou seja, os trabalhadores noturnos. Assim, foi possível compreender a forma que cada participante lida com o trabalho noturno, no próprio horário e local de trabalho, para melhor visualização do fenômeno. (GIL, 2002)

4.2 PARTICIPANTES

O ramo hoteleiro foi escolhido para a pesquisa devido à característica de manter-se aberto 24 horas por dia, sete dias por semana. Assim, necessita de trabalhadores que exerçam a sua atividade laborativa em esquema de turnos contínuos, formando três turnos principais: o primeiro turno, das 7h às 15h20min; o segundo turno, das 15h às 23h20min; e o terceiro turno, das 23h às 7h20min. Todos os turnos têm o regime de escala seis por um, ou seja, em uma semana tem seis dias de trabalho e um dia de folga, sendo que esta folga é tirada entre segunda e sexta-feira. Além disso, os colaboradores têm direito a tirar um domingo por mês de folga.

A princípio a pesquisa iria ser realizada em outra empresa, do qual a pesquisadora já tinha pegado as devidas autorizações no ano anterior. Porém, no momento da coleta de dados, a pesquisadora encontrou dificuldades em fazer as entrevistas, pois a empresa solicitou novas autorizações e dificultou a entrada a campo. Assim, como a acadêmica tinha facilidade de inserção em outro hotel, refez as autorizações para essa nova empresa. O contato inicial com o novo hotel ocorreu no início de 2012, através da Gerente Operacional do hotel. A pesquisa foi autorizada após a explanação sobre os objetivos da pesquisa e a relevância da mesma para o ramo hoteleiro. Em seguida, a acadêmica entrou em contato com cada um dos trabalhadores via telefone e informou os propósitos da pesquisa e agendou horário com cada um deles durante o turno de trabalho dos mesmos. A princípio iriam ser quatro participantes, porém a acadêmica conseguiu fazer a pesquisa somente com três, pois estes atendiam aos requisitos da pesquisa.

Os três sujeitos participantes da pesquisa são profissionais que trabalham no ramo hoteleiro no município de Florianópolis, Santa Catarina, no qual atuaram ou ainda atuam com o trabalho noturno. Quanto à seleção dos participantes, os entrevistados seguiram os seguintes critérios: ter trabalhado ou trabalhar atualmente no período noturno, conforme horário estipulado pelo MTE, no período mínimo de 3 meses, com turnos fixos ou alternantes; estar casado ou em regime de união estável. Os dados básicos dos participantes estão expostos na Tabela 1 para melhor visualização, e logo abaixo estão as descrições mais detalhadas sobre os mesmos.

Tabela 1 – Dados dos Participantes

DADOS	E1	E2	E3
Sexo	Masculino	Masculino	Masculino
Idade	37 anos	32 anos	44 anos
Filhos	3	0	2
Escolaridade	- Superior Incompleto: turismo - Nível Técnico Completo em Redes	Superior Incompleto: Letras e Informática	Nível Médio Completo
Naturalidade	Porto Alegre/RS	Naturalidade: Argentina Nacionalidade: Uruguai e Argentina	Florianópolis/SC
Renda Familiar	R\$ 3.000,00	R\$ 2.500,00	R\$ 2.200,00
Função	Recepcionista	Recepcionista	Chefe de Recepção
Tempo de experiência com trabalho noturno	2 anos e meio	3 meses	12 anos
Distância trabalho x casa	10 Km	3,9 Km	3,5 Km
Transporte utilizado para trabalhar	Moto	Ônibus	Ônibus

Fonte: Elaboração da autora, 2012.

O primeiro entrevistado, denominado como E1, é do sexo masculino, tem 37 anos, natural de Porto Alegre, Rio Grande do Sul. Sobre sua escolaridade, tem nível superior incompleto em Turismo, e completou no final de 2011 o curso Técnico em Redes. No âmbito familiar, sua esposa tem 33 anos, é natural de Santa Maria, no Rio Grande do Sul, e é formada em Geografia. Atua profissionalmente como professora de dança e de geografia, trabalhando segunda, quarta e sexta de manhã e a tarde, e terça e quinta de noite; aos finais de semana não trabalha. Tem três filhos, sendo a filha mais velha de 16 anos e um casal de gêmeos de 7 anos. A filha mais velha está estudando para prestar vestibular para direito e os gêmeos estudam pela manhã e no período da tarde fazem atividades complementares no em um colégio particular.

No campo profissional, E1 trabalha há seis meses de recepcionista no período da madrugada, em um hotel localizado no município de Florianópolis. A sua escala de trabalho é seis dias de trabalho e um dia de folga, este tirado durante a semana, e mais um domingo por mês, no que perfaz 44 horas semanais. Quanto ao horário, realiza as suas atividades com início às 23 horas de um dia até às 7 horas e 20 minutos do dia posterior. Além dessa atividade, também trabalha em outra empresa na área de redes, com o horário das 14h às 23

horas, de segunda a sexta, e um final de semana por mês. Sua renda familiar mensal é de aproximadamente três mil Reais.

O segundo entrevistado, denominado como E2, é do sexo masculino, tem 32 anos, e tem como escolaridade o ensino superior incompleto em Letras e Informática. Ele é nascido na Argentina, porém viveu boa parte de sua vida no Uruguai, com sua família de origem. Veio para o Brasil no segundo semestre de 2011, período pelo qual iniciou o seu relacionamento em regime de união estável com a sua namorada. Esta é natural de Bagé, Rio Grande do Sul, tem 28 anos, e tem superior incompleto em Química. Atualmente trabalha como Caixa em um Supermercado, realizando as suas atividades das 15h às 23h, incluindo finais de semana, folgando um dia na semana e um domingo a cada dois trabalhados. Ambos não possuem filhos e tem a renda familiar mensal de aproximadamente R\$2.500,00. No campo profissional, assim como E1, ele trabalha no mesmo horário, também na função de recepcionista, porém está atuando há 3 meses no horário noturno.

O terceiro e último entrevistado, denominado como E3, é do sexo masculino, tem 44 anos, natural de Florianópolis, Santa Catarina, e tem como escolaridade o ensino médio completo. Sua esposa também tem 44 anos, é natural de Chapada, no Rio Grande do Sul, tem o ensino médio completo, e trabalha atualmente de caixa em uma lanchonete, de segunda a sexta, das 12h às 20h. Eles têm dois filhos: uma filha de 18 anos, que estuda Análise e Desenvolvimento de Sistemas e um filho de 14, também estudante.

Na área profissional, o E3 é chefe de recepção, e está trabalhando no mesmo hotel há 20 anos, sendo que há quatro anos não trabalha mais no período noturno. Ele trabalhou em esquema de turnos alternados por 12 anos, trabalhando por semana 2 dias de noite (23h às 7h20min), 2 dias de tarde (15h às 23h20min) e 2 dias de manhã (7h às 15h20min); além de algumas vezes cobrir férias, fazendo 15 dias ininterruptos de trabalho noturno.

4.3 COLETA DE DADOS

O instrumento utilizado para coleta dos dados foi a entrevista semiestruturada, conforme roteiro no Apêndice A, que contempla tanto perguntas abertas e fechadas. Este tipo de entrevista é flexível ao ponto de permitir que o entrevistador possa fazer perguntas

adicionais para esclarecer pontos que inicialmente não ficaram claros a partir das respostas dadas pelo entrevistado. (BONI; QUARESMA, 2005)

O primeiro contato com os entrevistados ocorreu por telefone, e todos se mostraram disponíveis para realizar a pesquisa, oferecendo diversas opções de locais para realizar a coleta dos dados. Para facilitar a locomoção dos entrevistados, a pesquisadora se ofereceu para ir no trabalho deles, durante o turno de serviço. No contato presencial, todos foram receptivos e ficaram a vontade para responder as perguntas da pesquisa. No momento da entrevista, foi explicado novamente o objetivo do trabalho para o participante, e também foi solicitada a autorização oficial do mesmo para realizar a entrevista, mediante a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Neste termo, conforme o Apêndice B, o entrevistado autorizou a realização da entrevista mediante sigilo de suas informações pessoais, bem como a gravação do relato. Além do recurso da gravação, no momento da entrevista a pesquisadora anotou algumas informações que considerou relevante para lembrar-se de perguntar durante a entrevista.

4.4 ANÁLISE DOS DADOS

Primeiramente, os dados coletados na entrevista foram transcritos e arquivados em um computador pessoal. Em seguida, os dados da coleta foram analisados e separados pelos objetivos específicos, e dentro desses objetivos foram especificadas categorias para facilitar a interpretação dos dados. Em cada capítulo, foi feita uma tabela para facilitar a visualização da relação entre os objetivos específicos da pesquisa e as respostas dos participantes, organizadas em categorias.

Tabela 2 – Objetivos específicos e categorias de análise

(continua)

Objetivo Geral: Compreender a percepção dos trabalhadores noturnos sobre os reflexos do trabalho noturno na sua vida cotidiana.		
Objetivos Específicos	Categorias de Análise	Subcategorias de Análise
Identificar os reflexos do trabalho noturno no corpo	Atividade Física	-
	Funções Fisiológicas	Sono
		Doenças
Funções Psicológicas Básicas	-	

Tabela 2 – Objetivos específicos e categorias de análise

(conclusão)

Objetivo Geral: Compreender a percepção dos trabalhadores noturnos sobre os reflexos do trabalho noturno na sua vida cotidiana.		
Objetivos Específicos	Categorias de Análise	Subcategorias de Análise
Identificar os reflexos do trabalho noturno nas interações sociais	Filhos	Perfil Paterno
		Atividades de lazer com os filhos
	Esposa	Atividades de lazer com a esposa
		Atividades Domésticas
		Perfil Amoroso
Amigos	-	
Identificar os reflexos do trabalho noturno no perfil profissional	Motivo de trabalhar a noite	-
	Satisfação com o trabalho	-
	Aspirações Profissionais	-

Fonte: Elaboração da autora, 2012.

Após a criação das categorias, foi possível realizar a interpretação dos dados através da análise de conteúdo, que consiste em compreender o tema de forma aprofundada, por ir além do conteúdo manifesto. Essa forma de análise, para Minayo (2004) considera todo o contexto em que sujeito analisado está inserido, como o período histórico, o ambiente social e aspectos biológicos e psicológicos. Para a perspectiva de análise, foi utilizada a perspectiva da psicologia existencialista sartreana, bem como relações com as pesquisas já realizadas sobre o trabalho noturno.

5 APRESENTAÇÃO, ANÁLISE E INTERPRETAÇÃO DOS RESULTADOS

Através dos dados coletados nas entrevistas realizadas com os trabalhadores noturnos, foi realizada a análise dos dados através de três subcapítulos, vinculados aos objetivos específicos. É importante destacar que os entrevistados E1 e E2 ainda trabalham no período noturno, e E3 não trabalha mais. Por conseguinte, os tempos verbais apresentados no texto por E1 e E2 serão diferentes do E3, pois os primeiros serão com verbos no presente, e E3, no passado.

5.1 TRABALHO NOTURNO E O CORPO

O primeiro objetivo a ser analisado é a percepção dos entrevistados quanto à relação entre o trabalho noturno e o seu corpo. Mediante esse objetivo, serão discutidas as categorias e as subcategorias de análise, ambas descritas na Tabela 3, conforme a seguir.

Tabela 3 – Primeiro objetivo específico e as categorias de análise.

Objetivo Específico	Categorias de Análise	Subcategorias de Análise
Identificar os reflexos do trabalho noturno no corpo	Atividade Física	-
	Funções Fisiológicas	Sono Doenças
	Funções Psicológicas Básicas	-

Fonte: Elaboração da autora, 2012.

Para iniciar a interpretação dos dados, é imprescindível fazer uma breve explanação sobre a abordagem teórica utilizada para analisar a relação dos sujeitos com o corpo. Conforme já dito anteriormente, a psicologia existencialista sartreana afirma que todo homem é um ser psicofísico, ou seja, dotado de corpo e consciência, que são indissociáveis e indispensáveis para que o sujeito possa se relacionar. Como não é possível falar de corpo sem falar do psicológico e vice-versa, afirma-se que um se manifesta e se revela pelo outro.

Para Schneider (2011), o corpo pode ser pensado tanto como “ser-para-o-outro” quanto “ser-para-si”, pois o primeiro se refere à percepção externa e reflexiva sobre o meu corpo, sendo observado tanto pelos outros quanto por mim mesmo. A segunda, “ser-para-si”, é algo vivencial, no qual o sujeito se experimenta concretamente nesse corpo, na espontaneidade. Essas características são apresentadas o tempo todo no indivíduo, na sua vivência corpo/consciência, e tudo o que acontece com ele, sejam suas emoções, seus pensamentos, a relação com o mundo, aparecem em todo o seu ser.

Após essa breve explanação sobre a percepção de corpo pela teoria existencialista sartreana, foi iniciada a interpretação dos dados através de 3 subcapítulos, ordenados como: “Atividade Física”, “Funções Fisiológicas” e “Funções Psicológicas Básicas”. Na interpretação foi utilizada tanto a literatura da teoria existencialista sartreana, bem como a literatura realizada sobre o trabalho noturno.

5.1.1 Atividade Física

Para iniciar a interpretação, a primeira categoria relacionada ao corpo é a atividade física. Nesse aspecto, todos os entrevistados afirmaram que realizam algum esporte, mesmo laborando no período noturno, do qual E1 pratica bicicleta, corrida, e muay thay; E2 vai à academia 3 a 4 vezes na semana; e E3, na época que trabalhava a noite, fazia caminhadas 2 vezes por semana.

Sobre o motivo de realizar as atividades, E1 e E3 relataram que gostam de fazer atividade física, e E2 não justificou um motivo em especial para a prática. E1 fez um comentário sobre a prática de esportes classificando como saúde pessoal, afirmando que “fica um pouco a desejar”. E1 diz que:

A gente fica um pouco relaxado com a tua atividade física, eu sempre fui uma pessoa que sempre fiz muita atividade física, até às vezes por isso que eu não durmo de manhã, e vou fazer alguma coisa que eu não fazia. (E1)

Uma questão importante a ser refletida é a ênfase que os três trabalhadores noturnos dão para realizar atividade física, o que deixa a margem que eles tentam atenuar os efeitos negativos do trabalho noturno com a prática de esportes. O intuito do exercício físico,

neste caso, foge dos padrões apenas estéticos, pois nos seus relatos aparece a necessidade da atividade física para melhoria do bem estar físico. Este dado diverge com a literatura pesquisada, pois Silva e outros (2011, p. 273), afirmam que o aumento de peso dos trabalhadores noturnos “pode ser uma das consequências da impossibilidade da prática de atividade física, especialmente no dia posterior ao plantão noturno”. Assim, embora os entrevistados desta pesquisa também tenham dificuldade de organização de horários e cansaço no dia posterior ao trabalho, não é um fator preponderante para que eles não pratiquem exercício físico.

Portanto, a primeira categoria do primeiro objetivo específico, descrita como *atividade física*, demonstrou que todos os entrevistados realizam pelo menos um tipo de esporte. Dessa forma, observou-se que a prática do trabalho noturno não limita a pessoa de exercitar-se, porém a dificuldade de conciliar horários faz com que os trabalhadores escolham atividades que não necessitem seguir um horário específico. Por conseguinte, entende-se que a atividade física é um item que pode ser conciliado com o trabalho noturno.

5.1.2 Funções Fisiológicas

Outro ponto a ser destacado seriam as funções fisiológicas, que podem ter alterações devido ao trabalho noturno. Dessa forma, o primeiro ponto a ser comentado é sobre questões relativas ao sono dos trabalhadores. Quanto à quantidade de horas por dia reservadas para o descanso, E1 afirmou que dorme por volta de 4 a 5 horas por dia; E2 dorme mais ou menos 8 horas por dia, porém o sono tem interrupções; e E3 dormia aproximadamente 6 horas por dia, quando trabalhava a noite.

Conforme a literatura pesquisada sobre o tema do sono, os trabalhadores noturnos podem apresentar dificuldades ao tentar dormir durante o dia, devido à mudança da cronobiologia do sujeito. O homem, biologicamente falando, é um ser diurno e a luminosidade é um item imprescindível para o funcionamento do seu corpo, sendo esse um regulador das funções digestivas, endócrinas, e inclusive norteia o horário de sono e vigília. Portanto, na maioria dos casos, os trabalhadores noturnos precisam ajustar os recursos do ambiente para propiciar um sono mais tranquilo e o máximo de ininterrupto possível. (COSTA, 2004; MORENO E OUTROS, 2003)

O primeiro entrevistado, E1, afirmou que não necessita de alguma estratégia específica para dormir, ao responder a este questionamento com “nenhum, fecho os olhos”. Embora tenha afirmado que não tenha dificuldades de dormir, demonstrou em outras falas a dificuldade de ter um sono tranquilo e os resultados do acúmulo de sono em sua vida.

Às vezes sente, às vezes sente, mas hoje, metabolismo, o corpo acaba acostumando, mas chega uma hora que o corpo não aguenta, tem hora que o corpo pede descanso. (E1)

Tipo tá aqui, daqui a pouco “bum”. A hora que eu vejo que está tudo sossegado aí, eu vou ali para o sofá e me... (expressão de dormir).(E1)

(...) o sono é outra coisa que, às vezes, durante o dia tu querer ter uma certa atenção, no caso do seu trabalho que exige que você fique acordado durante a noite, já atrapalha o dia. (E1)

Nos relatos acima aparecem trechos claros de não adaptação ao trabalho noturno, devido ao sono aparecer em momentos que não reservou para dormir. Porém, frisa-se que E1 trabalha também das 14h às 23 horas, o que faz ter apenas o período da manhã para dormir. Nesse período matutino, geralmente não costuma dormir, pois se dedica à prática de esportes, conforme relatado anteriormente, às atividades domésticas e pegar os seus filhos na escola. Por conseguinte, a dificuldade de descansar corretamente pode estar relacionada ao pouco horário reservado para o sono, além do extenso horário de trabalho diário que possui (em torno de 15 horas e 20 minutos).

Já para o E2, o fato de dormir de dia não foi um algo que atrapalhou o seu descanso habitual, pois antes mesmo do trabalho noturno já tinha dificuldades de dormir 8 horas ininterruptas: “Sim, normal, as pessoas que tem estresse, normalmente um pouco de insônia”. Vale ressaltar que E2 chama de estresse o fato de “pensar demais”, “uma coisa que está esperando”, ou ainda “uma forma de ser”, “me preocupar muito por fazer as coisas bem, então qualquer coisa que você não está fazendo que deveria fazer”.

Percebe-se que o estresse é a nomenclatura que E2 usa para o estado de agitação que ele sente em determinados tipos de situação e na antecipação de alguma situação, casos que considera que atrapalham o seu sono. Para a teoria das emoções de Sartre, essa emoção que E2 sente tem relação a um objeto emocionador e, neste caso, o objeto não ficou claro na entrevista, pois essa questão não foi explorada. . Sobre o “estresse” relatado pelo E2, Sartre (2010b, p. 57) relata que sempre há uma razão para a emoção, pois “é evidente que o homem que tem medo, tem medo de alguma coisa. Mesmo se é uma daquelas angústias indefinidas

que sentimos na escuridão, numa passagem sinistra e deserta etc, é ainda de certos aspectos da noite, do mundo, que temos medo.”.

Outra questão que E2 trouxe foi sobre o seu período de sono em casa. Relata que às vezes acorda por causa da luminosidade, e também pelos sons oriundos da rua. Isso corrobora com as afirmações de Costa (2004) e Moreno e outros (2003), bem como outros autores já citados na fundamentação teórica que também relatam sobre as influências do ambiente no sono. Logo abaixo, seguem algumas frases que exemplificam o que já foi comentado acima.

Barulho, de modo, normalmente não tem muito, muito barulho. Porque é, aí na residência tem somente o caminhão de gás que sempre passa com a música. (risos) (E2)

Eu sim, (consigo dormir), incomoda um pouco a luz... (E2)

Vou dormir, depois acordo também para almoçar, e depois a noite, durmo mais um pouco, às vezes não, às vezes durmo mais a tarde, mas então normalmente, é difícil de eu, que se, dormir, é, 8 horas, corridos, entende. Isso, não é fácil. Tampouco me incomoda. (E2)

Sim, não mas eu nunca fui de dormir muito... direto. Quase nunca fui de dormir muito assim, às 8 horas, é, corrido, eu nunca dormi fácil entendeu, sempre ia dormir, sempre me custava, tenho muito estresse. (E2)

Ao contrário de E2, E3 afirmou diversas vezes que não se adaptou a trabalhar no período noturno, principalmente por trabalhar em regime de turnos alternados: 2 dias de manhã, das 7h às 15h20min; 2 dias a tarde, das 15h às 23h20min; e 2 dias a noite, das 23h às 7h20min. Moreno (2004) relata que os trabalhadores em regime de turnos alternados tendem a ter uma redução na duração total do seu sono, a partir do segundo ou terceiro dia de trabalho, o que confirma a afirmação do E3, logo abaixo.

Não. Porque, é... como é que eu vou tentar te explicar, quando trabalha a noite, quando trabalha 1 noite, 2 noites, 3 noites, o cansaço vai vindo maior, e quem trabalha a noite né, chega uma hora que começa a dormir menos. (E3)

Em suma, E1 e E3 demonstraram ter desconforto com o seu sono, e E2 conseguiu se adaptar ao trabalho noturno por estabelecer um horário fixo, mesmo que curto, para dormir, o que facilita o descanso. Minors e Waterhouse (1981, apud MORENO, 2004) contam que ao dividir o sono de 8 horas em dois períodos de 4, e um desses períodos de 4 horas for fixo, caracterizado como “sono âncora”, há uma maior estabilidade dos ritmos biológicos, e consequentemente há uma melhor adaptação ao trabalho noturno.

Mas as questões fisiológicas não se restringem apenas ao descanso, e para E1, o trabalho noturno tem uma relação direta com as desregulações do seu dito “relógio biológico”, pois ele afirmou que era acostumado a sempre ir ao banheiro, o que não acontece hoje. Já E3 cita alguns problemas de saúde que apareceram na época que trabalhava a noite, como aftas frequentes, dores nas pernas, disfunções na alimentação e fotosensibilidade.

O cansaço aumenta muito, e... e, deixa eu ver... a claridade me incomodava né, a vista era muito, muito frágil à claridade.(E3)

Quanto tá acordado mesmo, a luminosidade incomodava. (...) A luz do sol era complicado, acho que a vista era muito frágil.(E3)

(...)não tinha vontade de comer. Sabia que tinha que comer, porque tava com fome, mas a comida não entrava bem não. (E3)

As colocações de E3, que aparecem em toda a sua entrevista, demonstram a insatisfação que tinha com o seu trabalho, por querer sempre que “o dia passasse rápido, quando via movimento de hóspede, queria que acabasse logo de uma vez para ir pra casa”. O descontentamento do trabalho em turnos alternantes aparecia em seu corpo, em sua saúde, por o sujeito ser psicofísico, e ao estar descontente com o horário que fazia, ele tornou-se inteiro esse descontentamento, e o seu corpo também respondeu ao apelo. “As qualidades psicológicas são as condições do corpo”, diz Daniela Schneider (2011, p. 120), pois “o corpo é nossa relação originária com as coisas, é a revelação de nossa relação com o mundo”. Pode-se afirmar, então, que a relação de E3 com o contexto antropológico proporcionava insatisfação, devido à má adaptação aos turnos alternantes de trabalho.

A segunda subcategoria caracterizada como *funções fisiológicas*, ficou responsável por descrever a qualidade do sono dos entrevistados, bem como possíveis doenças que poderiam apresentar. Quanto ao sono, todos os trabalhadores relataram ter dificuldade de descansar, pois o período de descanso geralmente não é ininterrupto e não é sempre no mesmo horário, o que faria o corpo se habituar a ter um horário fixo para descansar. Apenas um dos participantes consegue manter o mesmo horário de descanso, no entanto o sono não é direto, pois tem interrupções para se alimentar. Já sobre a saúde dos trabalhadores, dois dos entrevistados demonstraram ter problemas de saúde por trabalhar a noite, ao relatar a ocorrência de aftas, dificuldade de ir ao banheiro, dores nas pernas, fotossensibilidade e dificuldades de se alimentar.

5.1.3 Funções Psicológicas Básicas

A terceira e última categoria a ser interpretada no capítulo sobre o trabalho noturno e o corpo é dedicado às “Funções Psicológicas Básicas”. Esta categoria foi criada devido à presença de alterações nessas funções nos relatos dos entrevistados. No caso de E1, ele relata que fica “desorientado” e com “desgaste mental” na execução de suas funções, seja no trabalho, seja em casa. Isso pode estar acontecendo devido ao excesso de trabalho, pois ele trabalha em dois empregos, e no período da manhã, período reservado para dormir, ele não o utiliza para descansar. Segue o relato do entrevistado:

(...) um pouco mais de desgaste mental, às vezes a gente precisa ir lá, às vezes preciso, acho que estar com um caderninho pra mim lembrar certas coisas da rotina, dos horários, a gente fica um pouco, às vezes, desorientado. (E1)

Outra questão que apareceu nos relatos de E1 e E2 é a desorientação quanto ao tempo, pois eles relatam a dificuldade de saber qual é o dia da semana, ou ainda por trabalhar em um horário não usual, iniciando às suas atividades faltando 1 hora para mudar de dia (começa a trabalhar às 23 horas). Esses acontecimentos ocorrem geralmente com as pessoas que trabalham em turnos, pois tiram folga em um dia da semana e um domingo por mês. Porém esse acontecimento é agravado devido aos trabalhadores desempenhar as suas atividades no período noturno. Abaixo, seguem dois relatos sobre a desorientação temporal:

É segunda, é ter... ah não, já é fim de semana, nem parece, ou a semana passa voando e tu nem nota.(E1)

(...) você não tá pensando segunda, terça, porque eu entro agora às 11 da noite de segunda, e saio na terça, então para mim, segunda, o que é segunda? Que era até as 24. Isso... então não tem o mesmo calendário que uma pessoa que tem um horário, fixo de dia.(E2)

A literatura dedicada ao trabalho noturno afirma que há a possibilidade de ter alterações nos processos psicológicos básicos. Moreno (2004) relata que o excesso de sono do trabalhador noturno pode gerar diminuição do nível de alerta, diminuição da velocidade de pensamento e de reações com o ambiente. Assim, ao se pensar nas atividades dos entrevistados, a diminuição do nível de alerta é algo importante, pois trabalham essencialmente sozinhos ou com mais uma pessoa. Assim, caso tenha algum acontecimento

que interfira na segurança do hotel, a sua atenção espontânea, relacionada à vigilância, não estará tão ativa quanto deveria.

Gonçalves e Melo (2009, p.67) discursam sobre a base biológica da atenção, retomando os estudos de Luria no livro “Fundamentos de neuropsicologia”. Para as autoras, a atenção “tem caráter direcional e seletivo, o que nos permite manter vigilância em relação ao que acontece ao nosso redor, responder aos estímulos relevantes e inibir aqueles que não correspondem aos nossos interesses, intenções ou tarefas imediatas.” Ao se pensar nas atividades noturnas, além de oferecer perigo aos entrevistados que trabalham de recepcionistas no hotel, há aqueles que o objetivo principal de trabalho é prestar atenção no ambiente para oferecer segurança ao patrimônio e/ou as pessoas que estão no local. Esta função, denominada como “vigilante”, requer atenção especial, pois essa atividade ocorre também tanto de dia quanto de noite, e os processos de atenção podem ficar prejudicados com a falta de descanso apropriado.

A terceira subcategoria intitulada como *Funções Psicológicas Básicas*, descreveu as dificuldades dos trabalhadores em se localizar no tempo e redução no nível de alerta. Conforme os relatos dos entrevistados, todos demonstraram ter dificuldades em se localizar no tempo, por confundir o dia da semana e relatar que o dia para eles começava de noite, então questão da data não ficava clara para eles. Além disso, um dos trabalhadores tinha poucas horas de sono, o que trazia como consequência a dificuldade de manter-se acordado e ter atenção durante o seu expediente de trabalho. Dessa forma, essas funções são prejudicadas devido à dificuldade de descansar e por trabalhar em um horário que ajuda a confundir o dia corrente.

5.2 TRABALHO NOTURNO E INTERAÇÕES SOCIAIS

O segundo objetivo a ser interpretado é a relação entre o trabalho noturno e as interações sociais dos trabalhadores. As interações sociais citadas pelos entrevistados foram com a família e os amigos, especificadas com as categorias “filhos”, “esposa” e “amigos”. Na Tabela 4 há as especificações das categorias e subcategorias de análise, conforme a seguir.

Tabela 4 – Segundo objetivo específico e as categorias de análise.

Objetivos Específicos	Categorias de Análise	Subcategorias de Análise
Identificar os reflexos do trabalho noturno nas interações sociais	Filhos	Perfil Paterno
		Atividades de Lazer com os filhos
	Esposa	Atividades de Lazer com a esposa
		Atividades Domésticas
		Perfil Amoroso
	Amigos	-

Fonte: Elaboração da autora, 2012.

5.2.1 Filhos

5.2.1.1 Perfil Paterno

A primeira subcategoria se dedica a explorar o perfil paterno apresentado pelos entrevistados, aprofundando o nível de interação que E1 e E3 têm com os seus filhos e a percepção que eles têm sobre ser pai.

Como visto anteriormente, o entrevistado E1 tem 3 filhos: um casal de gêmeos de 7 anos, que estudam de manhã e fazem atividades complementares a tarde; e a filha de 16 anos que estuda no Ensino Médio e está se preparando para prestar o curso de Direito. O entrevistado E3 tem 2 filhos: uma filha de 18 anos, que está cursando a faculdade de análise e desenvolvimento de sistemas; e um filho de 14 anos, que está na 7ª série.

Quanto ao entrevistado E1, ele descreve diversas vezes em seu discurso a sua relação com a filha de 16 anos, dizendo a expressão “essa fase” no seu discurso, o que demonstra apresentar alguma dificuldade de interação com ela. Conforme seus relatos, ele está tentando conversar mais com a sua filha e mantê-la, como ele diz: “pra minha asa”, pois ela já começou a namorar e o entrevistado quer segurá-la um pouco para si. E1 também contou que hoje o seu relacionamento com os filhos é melhor, pois, conforme a sua percepção, consegue organizar mais o seu tempo com eles, o que antes ele se descreveria como “desorientado” e “não ter tempo”. Segue abaixo algumas expressões relacionadas com a sua filha.

Ah, essa é uma fase dos 16 anos que não é fácil... (E1)

A mais velha, como ela tá nessa fase, às vezes ela... (E1)

Eu acho que é... bom, eu falo por mim, mas a gente escuta sempre que é a fase “aborrescente”, mas é uma fase que ela tá com namorico, é a fase que tá saindo com o pai e com a mãe é uma coisa chata, né, ela já tá querendo outros, outras, outras coisas pra ela né? Diferentes os anseios eu acho que são outros nessa fase. (E1)

Sob a visão da psicologia existencialista sartreana, é possível observar que há um desejo de ser em evidência no E1, o desejo de ser um pai que proporciona uma qualidade de vida para os seus filhos. A forma que ele escolheu para dar essa qualidade é trabalhar em dois empregos para garantir, no mínimo, uma vida confortável nos parâmetros financeiros, pois “a gente quer sempre dar mais conforto para a família”. Assim, E1 escolheu trabalhar para atingir um dos seus objetivos, o conforto financeiro, esquecendo-se inicialmente de separar uma parte do seu tempo para direcionar as suas ações para atingir outras necessidades dos filhos.

Destarte, o desejo de E1 não é apenas proporcionar estabilidade financeira aos seus filhos, pois há outras características do perfil pai que ele quer dar ênfase, como estar presente e dar atenção aos seus filhos. Então, para tentar cumprir o seu projeto de ser, E1 trabalha em dois empregos para suprir pelo menos uma das necessidades, pois o seu campo de possibilidades não proporciona que ele trabalhe apenas em um emprego, o que faria garantir, tanto a estabilidade financeira, quanto ter mais tempo com os seus filhos. Sartre (1960, p. 153) faz uma reflexão sobre o campo de possibilidades, ao dizer que “todo homem define-se negativamente pelo conjunto dos possíveis que lhe são impossíveis, isto é, por um futuro mais ou menos obturado”. Portanto, como E1 se relaciona em um campo que “obtura”, como o próprio Sartre diz, de ter os seus dois objetivos concretizados (estabilidade financeira e estar presente com os filhos), o entrevistado teve que escolher apenas um caminho a seguir.

O papel paterno, conforme os estudos de Cia e Barham (2008), está em evidência na sociedade atual, devido à entrada significativa das mulheres no mercado de trabalho. Com as mulheres trabalhando, surgiu a oportunidade de os homens terem maior participação no cuidado e na educação dos seus filhos. As autoras fizeram uma pesquisa sobre o trabalho noturno e o novo papel paterno, fazendo um estudo comparativo com pais que trabalhavam durante o dia e os que trabalhavam durante a noite. Como resultado, observaram que os pais que trabalham de dia conseguem ter um envolvimento mais consistente com os seus filhos do que os pais que trabalham a noite. Isso acontece porque presença dos trabalhadores noturnos

em casa de dia não é um fator que os qualifica a ter uma maior participação na vida dos filhos, pois as crianças estudam durante o dia e o trabalhador necessita repousar para conseguir trabalhar na noite seguinte.

A pesquisa de Cia e Barham (2008) corrobora com os dados coletados na pesquisa, pois tanto E1 quanto E3 demonstram preocupação quanto à participarem mais ativamente da vida dos filhos. O trabalhador E1 gostaria de estar mais presente com os seus filhos, o que relaciona com o dado coletado na pesquisa das autoras, pois concluíram que em comparação aos trabalhadores noturnos, os diurnos tinham em média 1 hora a mais com os seus filhos, totalizando um período de 2 horas e 30 minutos. Já o trabalhador E3, relatou que conseguia participar das atividades dos filhos, porém sentia muito sono, ao relatar que “(...) o tempo que ficava em casa dava mais atenção para eles, porque senão ficava só dormindo, só dormindo, e se deixar mesmo você só dorme, só tem sono”. O sono apresentado por E3 é também um fator que tem relação com a dificuldade do trabalhador em manter um relacionamento com os seus filhos, pois no momento que está em casa não consegue dar a atenção devida a eles.

Assim, como resultado do estudo das autoras Cia e Barham (2008) e dos dados coletados sobre a relação com os filhos, o fato de trabalhar a noite não ajuda os trabalhadores a desempenhar o novo papel paterno, pois esse novo papel poderia trazer vantagens no desenvolvimento sócio-emocional da família. De qualquer forma, E1 e E3 demonstram a importância em seus atos em desempenhar um bom papel de pai, o que atenua as possíveis interferências negativas oriundas do trabalho noturno.

5.2.1.2 Atividades de lazer com os filhos

A segunda subcategoria é destinada a interpretar como o trabalhador dedica o seu tempo livre com os seus filhos. Esta temática é uma atividade importante que um pai desempenha com o seu filho, que caracteriza o perfil paterno e remete, para os entrevistados, a uma questão voltada a responsabilidade implicada na paternidade.

Sobre a participação dos entrevistados na vida cotidiana dos filhos, E1 conta que tenta estar ao máximo presente com os seus filhos. Em suas próprias palavras, diz que “o pouco tempo que a gente tem, a gente acaba tentando aproveitar o máximo”, e reflete que com

o trabalho noturno a preocupação de estar com eles é maior do que antes, ao relatar que “talvez quando eu tivesse mais tempo eu não aproveitava tanto com a minha família”. Assim, o trabalho noturno, na percepção do E1, foi importante para valorizar a companhia de sua família, promovendo ações do mesmo em busca de manter os laços familiares vivos.

Para tanto, E1 reserva períodos do seu tempo livre para se dedicar a atividade de lazer com os seus filhos, mais especificamente com o casal de gêmeos. O contato de E1 com eles ocorre durante a semana, geralmente no intervalo entre o colégio e as atividades complementares, pois os levam para almoçar. Ao ser questionado sobre os tipos de atividades que eles fazem durante esse período, E1 diz: “no horário de almoço, não tem muita atividade, mais é conversa mesmo”, mas reforça que aos finais de semana, período este em que não está trabalhando no seu segundo emprego, leva os gêmeos para sair para andar de bicicleta, ir ao parque fazer piquenique ou e ir à praia. Dessa forma, a reflexão que o entrevistado faz sobre a sua relação com os gêmeos, é de que ele consegue se dedicar com qualidade ao tempo que reserva para ficar com eles.

No caso de E3, o entrevistado deixou transparecer que conseguia manter um relacionamento ativo com a sua família, embora sentisse sono nas suas horas livres. Na sua percepção, ele conseguia realizar atividades de lazer com os seus filhos, seja dentro de casa como fora, ao levá-los para passear em clubes e “pegar piscina” no verão. Por conseguinte, E3 também tentava, assim como E1, manter o contato com os filhos, e dedicava o tempo em que não estava cansado para brincar e acompanhar a vida deles.

Era complicado, mas sempre procurei o tempo que ficava em casa dar mais atenção para eles, porque se não ficava só dormindo, só dormindo, e se deixar mesmo você só dorme, só tem sono. Sempre procurei quando estava em casa dar bastante atenção para eles, procurava sair com eles sempre (...) (E3)

Ao fazer um comparativo sobre a quantidade de tempo disponível para ficar com os filhos, percebe-se que E3 tenha tido vantagem por ter mais tempo com os seus filhos na época que trabalhava a noite, em comparação com E1, pois ele não trabalhava em turno fixo noturno e não tinha um segundo emprego. Quanto à qualidade da interação, não é possível inferir uma posição, pois ambos contam o seu empenho em agradar os filhos, mas não há um relato dos próprios filhos sobre a relação deles com os pais. Sobre a quantidade de tempo dedicado com os filhos, segue um relato do E3 sobre um ponto positivo de se trabalhar a noite:

(...) quando eu trabalhava no sábado a noite era um ponto positivo, porque domingo eu tava em casa com a família. Tinha no caso, minha escala normal seria de manhã com a tarde, né, daí trabalhava no sábado a noite toda e domingo tava junto com a família, isso foi um ponto positivo desse horário da madrugada. (E3)

Na literatura sobre o trabalho noturno, Rotenberg (2004) relata em seu capítulo dedicado às relações sociais dos trabalhadores, que muitas vezes o relacionamento entre o trabalhador noturno e sua família fica prejudicado. Isso aconteceria por causa da necessidade do trabalhador em descansar em seu tempo livre, e ao descansar não conseguiria se dedicar ao lazer com a esposa e filhos. Contudo, nos relatos dos entrevistados é possível perceber que eles dão ênfase ao relacionamento com os filhos, tentando dedicar o máximo de tempo que têm para interagir com eles. Neste aspecto, a literatura não corrobora com os dados coletados da presente pesquisa.

Assim, através dos dados coletados, é possível inferir que o quesito “atividades de lazer” tem uma atenção especial dos entrevistados, pois o tempo livre que eles possuem, tentam dedicar aos seus filhos. Assim, demonstram tentar ser o *pai-que-brinca*, o *pai-amigo*, e o *pai-que-participa*, evidenciando as ações dos mesmos em realizar o seu desejo, o de manter vivo e com qualidade o seu relacionamento com os seus filhos.

5.2.2 Esposa

5.2.2.1 Atividades de lazer com a esposa

A necessidade dos trabalhadores de manterem vivo o contato com os filhos não aparecem com tanta evidência na relação com suas esposas, tema este da primeira subcategoria relacionada à esposa. Com base no relato dos entrevistados, os mesmos dedicam o tempo livre para passarem mais tempo com os filhos, deixando, sem eles perceberem, atividades de lazer com a esposa em segundo plano.

É possível refletir, pelas respostas dos entrevistados, que não é intencional a falta de atividades de lazer com a esposa, uma vez que ao tentar manter o contato com os filhos, eles promovem ações para realizar esse desejo, muitas vezes, esgotando o seu tempo nessas

mesmas atividades. Assim, analisando com base na teoria existencialista, eles demonstram estar atuando alienadamente com as suas esposas no quesito lazer, pois estão tão absorvidos nas ações de manter o relacionamento com os filhos, que não refletem sobre a necessidade de, ao mesmo tempo, elas também estarem juntos na parceria. Maheirie (2002) afirma que o sujeito na espontaneidade não se coloca como objeto para si mesmo, ou seja, não reflete sobre as suas ações, e conseqüentemente não se percebe como autor dessas ações. Portanto, os entrevistados parecem não estar refletindo sobre as suas atitudes com a esposa, e agem na espontaneidade sem perceberem que podem estar prejudicando o seu relacionamento com elas.

Seguem abaixo dois relatos sobre as atividades de lazer desempenhadas com suas esposas:

Conseguia conciliar, conseguimos, a gente conseguia passear né, saia sempre que podia, mas não tanto quanto hoje né. A gente fica com pouco tempo, e o cansaço também pega, o cansaço me pegava muito né... (E2)

Porque a gente não sai né, não tem uma, uma, vamos dizer, a gente sair só os dois pra ir dar uma volta, uma janta, curtir, né, dançar, então isso praticamente a gente não tem. Tem uma vez por semana, mas esse dia a gente procura, como é um dia que cai durante a semana, é um dia que não, não tem muita oportunidade pra estar saindo e é uma oportunidade pra gente também estar junto com as crianças, dormir junto com as crianças, em casa. Ai, a gente, eu prefiro ficar, ela gostaria de estar saindo, mas eu prefiro ficar em casa. (E1)

Mais uma vez, a queixa do E3 em fazer alguma atividade está relacionada ao sono demasiado que sente durante o seu tempo livre. Este fator Rotenberg (2004) já havia mostrado em seus estudos, pois ela afirma que mesmo se as folgas caíssem nos finais de semana, a privação do sono dos trabalhadores prejudica no desempenho de atividades de lazer. Sobre o entrevistado E2, ele não aprofundou sobre as atividades de lazer que pratica com sua esposa, pois deixou transparecer que eles ficam mais em casa, por não terem contato social na cidade. Rotenberg (2004) diz que os horários de trabalhos não usuais com o restante da população propicia o isolamento social, pois as atividades de lazer compartilhadas pela maioria não condiz na maioria das vezes com os horários de lazer dos trabalhadores noturnos.

É possível afirmar, através do relato de E1, que ele não costuma sair com a sua esposa, e o momento que tem para lazer com a sua esposa, que seria uma noite na semana, ele quer passar com os filhos. Em outros momentos da entrevista, ao caracterizar seu relacionamento com a esposa, os seus filhos aparecem sempre em seu discurso, demonstrando assim que o foco de sua atenção é essencialmente o relacionamento com os seus filhos.

Destarte, é possível inferir que os entrevistados não priorizam realizar atividades de lazer com suas esposas, pois E1 e E3 dedicam basicamente para os seus filhos, e E2, embora não tenha filhos, não deixou transparecer que faz algo com a sua esposa. A fim de esclarecer o relacionamento dos entrevistados com as suas esposas, as duas subcategorias subsequentes, denominadas como “atividades domésticas” e “relações amorosas” ajudam a compreender como ocorrem as interações conjugais.

5.2.2.2 Atividades Domésticas

A segunda subcategoria, caracterizada como “Atividades Domésticas”, aparece no discurso dos entrevistados como uma atividade que eles pouco realizam dentro de suas casas. Conforme os relatos, E2 e E3 pouco ajudavam nos afazeres de casa, e E1 ajudava às vezes pela manhã, pois este é o único tempo livre que possui. Dessa forma, afirma-se que a responsabilidade oficial pela limpeza e conservação do lar é incumbência de suas esposas. Seguem abaixo alguns relatos sobre esta subcategoria.

(...) Ela fica a maior parte do tempo com as crianças né, depois da escola ela acompanha sempre as atividades deles na escola, as reuniões de escola, hum, e os afazeres domésticos também ela se ocupa bem.(E1)

Quando eu posso, eu ajudo.(E1)

Ah, às vezes ela chega cansada, não tem tempo de arrumar a casa, eu arrumo a casa de manhã. (E1)

(...) quando tem coisas assim, normalmente faço alguma coisa de manhã, mas normalmente não faz muita coisa, nem ela e nem eu. (risos)(E2)

Ah, não, ela cozinha, quase sempre ela cozinha meio dia, porque ela acorda mais cedo, mas depois não, eu não tenho muito a ver... (risos) Sim, quando tem muita roupa suja, sempre tem, sempre tem.(E2)

Ah, mais ou menos, mas não é... ela não limpa muito e eu como ela...(E2)

É... não tinha muito rendimento para isso não, faltava vontade mesmo, dava preguiça, sentava para ver televisão é...(...) Ela reclamava bastante (risos). Reclamava bastante.(E3)

Através dos relatos acima é possível fazer ligação com os estudos de Rotenberg (2004), pois ela analisa a tolerância do trabalho noturno relacionado ao gênero e aspectos

sociais. A autora propõe que há uma diferença significativa na demanda de trabalho doméstico entre o homem e a mulher, pois a mulher, sendo trabalhadora ou não, terá a maioria das vezes a responsabilidade pela manutenção da casa. Essa questão fica clara no relato dos entrevistados, pois embora as suas esposas também trabalhem, a maior quantidade de trabalho doméstico fica para elas.

No que tange a percepção da psicologia existencialista sartreana, o campo antropológico é um fator importante para a maior demanda de trabalho doméstico para as mulheres. A cobrança social, oriunda de séculos de patriarcalismo, faz com que a mulher subentenda que o seu perfil esposa e mãe tenha a responsabilidade de cuidar da família, enfatizada ainda pela percepção dos maridos em manter essa posição. Por fim, embora a mulher tenha alcançado o seu espaço na atuação profissional, as funções da casa não foram igualmente incorporadas na vivência dos homens.

Para concluir esta subcategoria, será apresentado um trecho do estudo da autora Paula Viviane Chies (2010) sobre identidade de gênero e identidade profissional, do qual fala sobre a construção social da imagem da mulher. Conforme seu relato, a naturalização da identidade da mulher como doméstica é resultado de uma construção social, pois a sociedade se utiliza do papel que a mulher sempre desempenhou ao longo da história como algo inerente ao gênero, ou seja, de mãe e cuidadora. Portanto, o relato dos entrevistados informando que ajudam menos nos serviços domésticos corrobora com a literatura, pois nos seus atos e falas atribuem, mesmo sem perceberem, a responsabilidade da atividade para as suas esposas.

5.2.2.3 Perfil Amoroso

A terceira subcategoria a ser apresentada é sobre as “relações amorosas” dos trabalhadores noturnos, que também fica prejudicada devido à ausência do trabalhador. Vale ressaltar que será analisada a percepção do trabalhador quanto ao seu relacionamento amoroso, ou seja, a visão que o trabalhador tem sobre esse tema não é necessariamente a mesma visão da esposa.

O primeiro entrevistado, E1, ao falar sobre a relação amorosa com a esposa, deixa transparecer dúvidas quanto à sua vida sexual. Isso aparece quando o entrevistado tenta

responder ao questionamento sobre ele ter um tempo para namorar, pois a forma que ele formula a frase demonstra dúvidas no que responder. Como desfecho, diz ainda que “a gente tem que arranjar um tempo”.

Então, não, até a gente, ah vou te dizer, claro né? Vou te falar que com um tempo desse que eu tenho, mas assim, como meus filhos, o tempo que a gente tem junto, vamos dizer que aquele tempinho que sobra né, de a gente estar com os filhos, a gente tá aproveitando bem. (E1)

Após a leitura da fala relacionada acima, percebe-se que no início ele tem dificuldade em formular a frase, e depois ele tenta se justificar sobre o pouco tempo que ele tem para namorar, colocando os filhos no meio da sentença. Ele afirma que “(...) vamos dizer que aquele tempinho que sobra né, de a gente estar com os filhos, a gente está aproveitando bem”. O questionamento apareceu para o entrevistado porque sempre que ele falava da esposa estava relacionado aos filhos, e não aparecia a relação entre esposo e esposa, somente esposo e *esposa-com-filhos*. A seguir segue uma resposta ao questionamento como era a relação dele com a esposa:

Minha esposa, então, ela tá sendo muito compreensiva, vou dizer assim, ela graças a Deus, ela ajuda bastante, ela também, ela tipo o tempo dela também vamos dizer que é bem ocupado, mas hoje, como te falei, a gente está conseguindo hoje se organizar melhor, quanto ela não busca, eu busco, quando dá a gente almoça todo mundo junto. Ela fica a maior parte do tempo com as crianças né, depois da escola ela acompanha sempre as atividades deles na escola, as reuniões de escola, hum, e os afazeres domésticos também ela se ocupa bem. (E1)

É compreensível através dos relatos de E1 que ele se sinta inseguro com os sentimentos da esposa, pois mesmo que ele converse sobre as dificuldades de trabalhar a noite com ela, não é um fator que por si só resolva o seu conflito. E1 verbaliza a sua insegurança ao dizer que: “(...) a parte amorosa né, a parte sentimental dela me preocupa bastante. Mas me preocupa porque eu sei que uma hora que a pessoa né tá ali esperando, esperando, chega uma hora que cansa.” Dessa forma, o entrevistado deixa transparecer que está tentando conciliar os seus horários com a esposa, mas dá prioridade ao relacionamento com os filhos, deixando a sua esposa em segundo plano.

Quanto à literatura sobre o trabalho noturno, Rotenberg (2004) expõe que o relacionamento conjugal do trabalhador noturno é prejudicado pela restrição de horários. Um dos aspectos abordados pela autora é sobre as relações sexuais, que se restringem aos momentos livres dos parceiros e pela possibilidade de estarem sozinhos. No caso de E1, ele tem um dia da semana que ele dorme em casa, e este dia, conforme seu relato, é dedicado para

estar com as crianças: “(...) é uma oportunidade pra gente também estar junto com as crianças, dormir junto com as crianças, em casa.” Assim, questiona-se: em que momentos ele reserva um tempo para ter intimidade com a esposa? Através deste questionamento, retoma-se ao sentimento de insegurança que ele demonstrou no parágrafo anterior, pois ele está mais uma vez priorizando o seu relacionamento com os filhos.

Quanto ao segundo entrevistado, mais uma vez ele demonstra não ter um conflito aparente, desta vez em relação a sua esposa. Sobre o namoro entre os dois, E2 diz que: “acho que sim, não acho que incomode eu trabalhar a noite, não, não.” Ao ser questionado sobre a opinião dela, ele leva no bom humor e diz: “Ah, sim, mas, sempre vai reclamar. (risos) Se não fosse por isso, iria reclamar de outra coisa. Somente reclamações que eu durmo muito. Mas não é que eu durmo muito, é que eu durmo quando ela tá acordada. (risos)” O bom humor neste caso, não foi interpretado como uma forma de se esquivar do assunto, pois ele demonstrou em toda a entrevista tranquilidade sobre a relação entre o trabalho noturno e sua conjugalidade.

Ao ser questionado se o trabalho noturno poderia influenciar negativamente na relação conjugal, E2 disse que não é um fator decisivo para que isso ocorra, mas se o casal já tiver passando por problemas que transcendam o trabalho noturno, este seria mais um fator que ajudaria na ruptura do casal. Pretto e outros (2009) discursam sobre os relacionamentos amorosos, e afirmam que é essencial que o projeto de cada um dos parceiros seja convergente para que a relação possa continuar existindo. Pois, “a relação acaba demarcando um encontro de dois projetos de ser diversos e vai constituindo-se como uma tentativa de entrelaçá-los em um projeto comum, sem constranger ou extinguir as singularidades.” (PRETTO et al, 2009, p. 400)

Já o terceiro entrevistado fez uma comparação entre a época que ele trabalhava a noite e a época atual, que ele trabalha somente de dia. Ele relatou que a esposa está mais satisfeita com ele trabalhando durante o dia, e “bota satisfeita nisso” como o próprio entrevistado respondeu, pois hoje eles saem com mais casais de amigos e tem maior contato um com o outro. E3 relembra que eles conseguiram manter o relacionamento em equilíbrio, embora tenha considerado na época uma tarefa difícil de ser administrada. Segue o relato do E3 como ilustração da análise.

Conseguimos bem, era assim difícil até, eu chegava em casa, ela estava saindo né, é tem que estar bem administrado se não a coisa vai de água abaixo. É, tinha dias que era complicado, chegava e ela saía, daí quando eu tava saindo a noite ela tava chegando, então, é, complica bastante.

Portanto, percebe-se que o trabalhador noturno tem que se esforçar mais para interagir com a sua família do que um trabalhador que realiza as suas atividades no período diurno. Observou-se que os trabalhadores que tinham filhos tentavam priorizar o tempo livre com eles, saindo para passear e focando a sua atenção a suprir a necessidade dos filhos. Quanto ao relacionamento com a esposa, observou-se que em dois casos o entrevistado pouco ajudava com as atividades domésticas, o que gerava conflitos com sua esposa. Em outros casos, a dificuldade de conciliar os horários em que ambos estão acordados fez acontecer algumas cobranças por parte da esposa. Dessa forma, o relacionamento familiar, embora seja priorizado pelo trabalhador noturno, também sofre com as consequências do turno alternado com o do horário do restante da família.

5.2.3 Amizades

A terceira categoria a ser analisada no quesito interações sociais é a relação entre o trabalhador noturno e os seus amigos. Conforme a literatura já apresentada, os horários de folga dos sujeitos que trabalham a noite geralmente não coincidem com os horários livres de sua família e seus amigos, o que pode ocasionar insatisfação do trabalhador.

Em parâmetro geral, todos os entrevistados demonstraram maior contato com sua família do que com os seus amigos, com a justificativa de dedicarem o tempo livre à família (E1 e E3), e por ser novo na cidade e não ter conseguido estabelecer novos laços de amizade (E2). Lima e outros (2002) discursam sobre a maior dificuldade dos trabalhadores noturnos de participarem das atividades de lazer em que a maioria das pessoas participa, por trabalharem geralmente aos finais de semana e no período noturno, horários que geralmente ocorrem atividades sociais. Ao perguntar para os entrevistados se havia diferença na quantidade e qualidade das interações com os seus amigos enquanto trabalhavam a noite ou não, todos eles, em maior ou menor proporção, disseram que quando não trabalhavam a noite tinham mais contato com os amigos.

Tabela 5 – Diferenciação no contato com os amigos em relação ao turno de trabalho.

Relacionamento com os Amigos		
	Trabalho Diurno	Trabalho Noturno
E1	<i>Jogar bola com os amigos, de bater um papo na esquina, no bar, eu nunca fui de bar, mas a gente ia de vez em quando, saía, tomar alguma coisa.</i>	<i>As amizades... olha... aqueles que eram amigos mesmo ainda permanecem, né. Talvez aqueles que não tinham uma relação assim tão, tão estreita assim a gente acaba esquecendo, não tem essa, mas aquela afinidade que tinha antes.</i>
E2	<i>É... final de semana sim, não todo final de semana, mais ou menos, sim.</i>	<i>Sim, quando tenho mais tempo vou à academia, depois sair a caminhar, às vezes, ou sair para fazer algum trâmite, na verdade não estou saindo muito. Tampouco tenho aqui amigos, então... É, eu acho que sim, na parte dos amigos sim. (sentir falta)</i>
E3	<i>Ah, hoje eu saio mais com casais de amigos, fora do meu trabalho. Antes eu não saía, hoje eu saio. “Ah não, porque o cara não, o cara tá cansado né”. Então agora não, a gente está saindo mais em função disso.</i>	<i>Na verdade assim, eu nunca fui de ter muito amigos mesmo né, eu jogava futebol duas vezes por semana (...) mas conseguia manter meu futebol sempre às quartas.</i>

Fonte: Elaboração da autora, 2012.

Por outro lado, o fato de não trabalhar a noite não é um fator isolado para que o sujeito tenha mais atividades de lazer com os amigos, pois E2 ao ser questionado se haveria diferença na sua relação social fora do âmbito familiar caso não trabalhasse no período noturno, ficou com dúvida se aumentaria o seu convívio social, “Mas, é, no meu caso não sei se seria tão diferente, tampouco não tenho amigos aqui, então... eu não sei se seria tão diferente (...)”. No caso de E2, há ainda um contexto de ter chego recentemente do Uruguai e não conseguiu ainda estabelecer um círculo de amizade que transcenda o ambiente de trabalho. Destarte, o campo de possibilidades em que E2 está se relacionando não está, até o momento, favorecendo para que conheça novas pessoas e que construa laços de amizade, tanto por causa do horário, quanto por ser novo na cidade.

Uma questão que pode ser retomada e incluída na categoria das atividades de lazer, refere-se ao tipo de atividade física que cada um realiza. Foi observado que os tipos de esportes praticados pelos entrevistados têm como semelhança a característica da prática individual. As atividades como bicicleta, corrida, academia e caminhada são esportes que não necessitam necessariamente de interação com outras pessoas, bem como a necessidade de

manter um horário fixo para exercê-las. Sugere-se, então, que a possibilidade de ter horários flexíveis quanto à prática de atividade física auxilia os trabalhadores noturnos a conciliarem os seus horários livres com o esporte, não tendo assim que parar de se exercitar.

Sobre a temática das atividades físicas individuais, Moreno e outros (2003) expõem que a dinâmica psicológica do trabalhador é um fator importante para lidar com o trabalho noturno. Dessa forma, pessoas com hábitos solitários têm a propensão de suportar melhor um trabalho que propicia poucas interações pessoais devido ao horário restrito, questão esta que aparece nos trabalhadores entrevistados. Além disso, os laços de amizades mantidos por esses trabalhadores se restringem ao âmbito do trabalho, o que também corrobora com a discussão das mesmas autoras, por afirmarem que o círculo de amizade dos trabalhadores é vinculado aos colegas de turno, o que propicia a conciliação de horários quanto às atividades de lazer.

Em suma, a relação social é basicamente limitada ao contexto familiar, o que nos faz pensar primeiramente que os trabalhadores dão ênfase às atividades de lazer com a família e que supostamente estão conseguindo manter um bom relacionamento. Porém, isso não acontece como o esperado. Embora se esforcem para manter ativo o relacionamento familiar, não implica necessariamente que as atividades com a família estão a contento das suas expectativas. Assim, entende-se que os trabalhadores noturnos pesquisados têm pouco relacionamento interpessoal fora do ambiente familiar, e as amizades que eles mantêm é vinculado essencialmente ao ambiente de trabalho.

5.4 TRABALHO NOTURNO E O PERFIL PROFISSIONAL

A última categoria a ser apresentada é a relação entre o trabalho noturno e a vida profissional dos entrevistados, compreendendo 3 categorias: “motivo de trabalhar a noite”, “satisfação com o trabalho” e “aspirações profissionais”. A compreensão do perfil profissional busca complementar a interpretação já realizada nas categorias citadas anteriormente, pois em cada atuação, embora em perfis diferentes, tem características que se repetem e demonstram a totalidade do seu ser.

Tabela 6 – Terceiro objetivo específico e as categorias de análise.

Objetivos Específicos	Categorias de Análise
Identificar os reflexos do trabalho noturno no perfil profissional	Motivo de trabalhar a noite
	Satisfação com o trabalho
	Aspirações Profissionais

Fonte: Elaboração da autora, 2012.

5.4.1 Motivo de trabalhar a noite

A primeira categoria contempla os motivos que levaram os entrevistados a trabalhar no período noturno. Como resposta, foram obtidas as seguintes informações: E1 respondeu que o motivo que o levou a trabalhar de madrugada foi para complementar a sua renda; E2 relatou que ele está trabalhando nesse horário por causa da remuneração e pela pouca procura das pessoas para trabalhar nesse horário; e E3 disse que a empresa, na época que ele foi trabalhar a noite, necessitava que ele mudasse de horário. Portanto, para E1 e E2 a procura por este tipo de trabalho partiu deles, e tem como semelhança a finalidade econômica; já E3, apenas acatou a uma solicitação da empresa.

Embora a finalidade de E1 e E2 para trabalhar a noite tenha fins econômicos, a motivação de cada um para atingir melhor remuneração tem razões diferentes. E1 tem o desejo de proporcionar conforto para a sua família, o que resulta que ele trabalhe em dois empregos para atingir o seu objetivo. Já E2, escolheu o trabalho noturno para ter melhor retorno econômico, pois há pouca procura de profissionais para trabalhar no horário da madrugada, o que facilitaria a sua inserção no ramo hoteleiro, e conseqüentemente o adicional noturno favoreceria para a melhoria de sua renda. Assim, os dois entrevistados buscam realizar o seu desejo através do trabalho noturno.

Voltando ao caso do E1, o sentido do trabalho para o entrevistado está relacionado à responsabilidade que tem com sua família. Para E1, o seu desejo é ser um pai que proporciona conforto a sua família, e a forma que encontrou para realizar o seu desejo é trabalhar e dois empregos.

Schneider (2011, p. 128) discursa sobre os motivos da ação do sujeito no mundo, ao afirmar que “em cada posicionamento, em cada comportamento do sujeito existe uma significação que o transcende; cada escolha concreta e empírica designa uma escolha

fundamental, ou seja, a realização de um projeto de ser”. Ao fazer uma associação entre as ações de E1 e a psicologia existencialista, pode-se pensar que o motivo do entrevistado em trabalhar em dois empregos é para realizar o seu desejo de ser um bom pai. E como seria esse “bom pai”? A primeira vista, a observação que pode ser feita é que E1 tem como projeto ser *aquela-que-sustenta-a-família*. Para atingir esse fim, as suas ações se direcionam na busca do aperfeiçoamento profissional, para que futuramente possa trabalhar apenas em um emprego e garantir conforto financeiro, concomitante a maior presença junto a sua família.

Quanto à percepção do E3 sobre a sua entrada no trabalho noturno, o entrevistado relatou que começou a trabalhar a noite por solicitação da empresa, o que significa que, a princípio não foi uma escolha dele. Conforme o seu relato, E3 começou a trabalhar a noite devido à necessidade da empresa em ter uma pessoa que substituísse os colaboradores em suas folgas. A empresa, por não ter contratado uma pessoa para ser o “folguista”, solicitou que o chefe de recepção, no caso E3, realizasse essa função, o que resultou na sua atuação no trabalho noturno por 12 anos. Embora E3 não tenha aparentemente escolhido trabalhar a noite, a sua passividade em não se opor à decisão da empresa, é considerado um ato de escolha: escolheu ser *aquela-que-não-contesta* a solicitação da empresa. Para relacionar com a teoria existencialista, Sartre (2010a) afirma que o ato de não escolher já é uma escolha, pois você escolheu não escolher.

A escolha, conforme a psicologia existencialista sartreana, é inerente ao sujeito, pois este é considerado um ser livre para escolher o seu caminho. Assim, o homem direciona as suas ações rumo à realização de um projeto, de um futuro, pelo qual quer alcançar. Porém, as suas escolhas são circunscritas em um campo de possibilidades, como descreve Schneider (2006, p. 296), pois “a escolha no homem é livre nos sentido em que ela transcende a situação dada em direção a um campo de possibilidades de ser, aponta ao sujeito um futuro a realizar.” Assim, pensa-se que E3 não contestou a decisão da empresa de trabalhar a noite por realmente necessitar do emprego, pois já era casado e tinha dois filhos, porém é apenas uma hipótese, pois ele não afirmou nada a respeito.

5.4.2 Satisfação com o trabalho

A segunda categoria diz respeito à “satisfação com o trabalho”, ou seja, será analisado se o trabalhador está satisfeito com o ambiente de trabalho, com as atividades exercidas, ou ainda outras questões inerentes à atividade que está exercendo. Para dar início a discussão, serão expostos os relatos de E3 sobre o que ele sentia quando trabalhava a noite.

É, fazia uma coisa, queria fazer mais rápido, acho que foi em consequência do trabalho noturno. Não chegou bem ao estresse. Queria que as coisas acontecessem tudo muito rápido. (E3)

O dia passasse rápido, quando via o movimento de hóspede, queria que acabasse logo de uma vez para ir pra casa. (E3)

A passividade de E3 comentada anteriormente sobre a decisão da empresa em trocá-lo de turno, fez com que o seu descontentamento fosse sentido em todo o seu ser. A fuga, expressa na sua fala “(...) para ir pra casa”, é uma forma de medo ativo, retratado no livro de Sartre dedicado ao estudo das emoções. “A fuga é um desmaio representado, é uma conduta mágica que consiste em negar o objeto perigoso com todo o nosso corpo, (...) É um modo de esquecê-lo, de negá-lo” diz Sartre (2010b, p. 67), pois o querer estar em casa é uma forma de estar longe daquilo que me incomoda, uma reação no plano irrefletido, ou seja, não há uma reflexão, apenas ação espontânea. Assim, a partir dos relatos de E3, afirma-se então que ele demonstrava ter conflito ao trabalhar no horário noturno, pois nos 4 anos subsequentes ao fim da jornada noturna, os sintomas anteriormente relatados no seu corpo não ocorreram mais.

Já os entrevistados E1 e E2, relataram que estão satisfeitos com o trabalho realizado, pois consideram o horário noturno como sendo “mais tranquilo”, “mais fácil” e com “menos estresse”, conforme relatos. A diminuição do quadro de colaboradores a noite faz com que os profissionais noturnos sejam mais polivalentes, pois há somente os recepcionistas no hotel para atender as solicitações dos hóspedes. Silva e outros (2009) apresentam em sua pesquisa sobre a satisfação profissional dos enfermeiros quanto ao trabalho noturno, e descobriram que a autonomia é um fator importante para o colaborador se sentir realizado. No caso dos entrevistados E1 e E2, ter o hotel como responsabilidade deles é um fator motivador, e os relatos transcritos abaixo corroboram com essa afirmação.

(...) Normalmente é mais tranquilo, (...) não tem gente, não tem ninguém, não tem gente em reservas, então qualquer coisa você tem que fazer tudo. Eu acho que é mais fácil de, menos estresse. (E2)

Eu acho que é, que é um período que tem mais tranquilidade no que tu está fazendo, principalmente na recepção, que se fosse um outro horário, taria sendo mais exigido, claro eu sou um auditor, então preciso ter uma tranquilidade naquilo que eu to fazendo, porque eu to observando tudo aquilo que se passou durante o dia no meu setor. (E1)

Embora tenha satisfação com as atividades desempenhadas, E2 relatou que está insatisfeito com o transporte público de Florianópolis no período da madrugada. O entrevistado relata que com o fim da temporada de verão, cessam também os ônibus que circulavam de madrugada: “Ninguém entende, eu peguei um madrugada na temporada, nenhum turista pega o madrugada, entende, não muda nada entende na temporada, madrugada não é para turista”, relata E2. Nesse caso, o contexto antropológico, ou seja, o transporte público oferecido pelo município não favorece a locomoção do mesmo para o seu trabalho, o que pode ser um fator importante para a desistência de um trabalho. Fischer (2004b) corrobora com a fala do entrevistado ao afirmar que o transporte é um fator que pode balançar a permanência de um colaborador no emprego noturno, pois a falta de horários, a qualidade do transporte e o período que o trabalhador demora para chegar em casa, podem prejudicar o seu repouso e a convivência com a sua família.

5.4.1 Aspirações profissionais

A terceira e última categoria reflete sobre as “aspirações profissionais” dos entrevistados, que está relacionado aos projetos que os mesmos têm sobre o seu futuro profissional. Cada um dos entrevistados apresentou um projeto diferente, pois a escolha deste futuro é circunscrito pelo campo de possibilidades de cada um, e construído através de sua história pessoal. Assim, o processo de análise ocorrerá com um resumo da história profissional de cada um, e posteriormente com o projeto por cada um idealizado.

O E1 descreveu a sua trajetória profissional contando que o seu primeiro emprego foi em uma livraria, onde ele trabalhou por 10 anos, passando por funções desde atendente até gerente. Em seguida, entrou no ramo hoteleiro, trabalhando em diversos hotéis, como

mensageiro e recepcionista, e nesta última função, desempenhou o trabalho noturno por 2 anos e meio. Juntamente com este trabalho, iniciou a faculdade de Turismo, porém depois de alguns semestres trancou o curso. Isso aconteceu por ele ter mudado de projeto, pois quis entrar na área de informática. Assim, começou a cursar o Técnico de Redes concomitante ao trabalho de recepcionista de hotel. Hoje, E1 trabalha em dois empregos, como recepcionista de madrugada, e como técnico de redes no período vespertino e noturno. Por enquanto está nos dois empregos para complementar a sua renda, pois pretende futuramente ficar somente na área de informática quando conseguir a experiência necessária para ter uma boa remuneração.

Planejo não tá mais continuando a trabalhar a noite. Eu pretendo claro, uma oportunidade melhor com uma remuneração melhor, né, pra que eu possa tá trabalhando em um período só. (E1)

Durante a trajetória profissional de E1, ele foi se apropriando das suas experiências e moldando as suas escolhas perante o seu desejo de ser. O seu projeto, então, foi modificado ao longo do tempo, pois primeiramente cursou Turismo para depois decidir por outro caminho, para técnico de redes. Essa questão pode ser associada à teoria existencialista sartreana, pois o projeto está sempre em construção, então é passível de mudança. Destarte, E1 decidiu mudar o seu projeto, pois para o seu entendimento, trilhar o caminho de técnico de redes proporcionaria maior retorno financeiro, que traria por consequência mais conforto a sua família e a não necessidade de trabalhar em dois turnos. O projeto, então, transcende apenas o perfil profissional, pois o projeto contempla todo o ser do sujeito, em todos os seus perfis, e não apenas uma satisfação profissional. (SARTRE, 2010a)

Já E2 teve a sua trajetória profissional construída em torno de sua família, pois desde o início trabalhou em empresas familiares. Ele iniciou trabalhando com o seu pai, pois este era sapateiro, e após o fechamento da fábrica de sapatos, eles abriram dois restaurantes, que envolveram toda a sua família para cuidar. Além desses negócios, os seus pais já tiveram uma peixaria e uma pousada, e hoje estão se preparando para se aposentar. As experiências profissionais fora do âmbito familiar ocorreram depois que saiu de seu país. Quanto ao futuro, E2 pretende continuar no ramo hoteleiro, e no momento não pensa em sair do período noturno, pois a remuneração desempenhando a mesma função durante o dia seria inferior a que ele recebe hoje.

(...) eu agora, eu não penso trabalhar a vida toda, eu digo mesmo emprego, no dia tampouco pensaria trabalhar a vida toda no dia. Eu quero não trabalhar a vida toda (...) eu não penso no problema que eu posso ter o ano que vem, dentro desse ano, eu não sei se, entende, agora eu não tenho problema. Mas como eu sei que não, se no momento eu não tenho problema não sei se posso mudar, também. (...) você tem que escolher onde vai trabalhar a vida toda, ah tá, mas eu não estou escolhendo isso, então... é o que eu estou fazendo agora. (E2)

No relato de E2, demonstra que ele está vivendo o momento e está aberto a futuras oportunidades, então o seu projeto é continuar trabalhando onde ele está atualmente, pois ele considera este emprego como algo não definitivo, e sim o que apareceu no momento para ele se sustentar. O projeto de E2, conforme seu relato, é promover ações para que no futuro não precise trabalhar, e assim como os seus pais, se aposentar tendo segurança financeira.

Quanto ao E3, a sua trajetória profissional se restringe basicamente a sua experiência profissional atual, pois ele já trabalha há 20 anos na recepção do hotel. Quanto ao futuro, o mesmo não especificou uma mudança de direção, e sim que iria continuar no mesmo caminho que está seguindo. Dessa forma, o seu projeto é manter-se neste emprego e continuar realizando as mesmas atividades que realiza nesses 20 anos, não aparecendo em seu discurso almejar outra oportunidade ou mudança de projeto.

Portanto, o terceiro e último objetivo específico tratou a *identificar os reflexos do trabalho noturno no perfil profissional*, descrevendo os motivos de se trabalhar a noite, o nível de satisfação com o trabalho realizado e suas aspirações profissionais. Através dos dados coletados, observou-se que a questão financeira é um fator importante na escolha do trabalho noturno, devido ao valor adicional recebido para trabalhar nesse turno. Além disso, as atividades do ramo hoteleiro no período noturno são descritas pelos entrevistados como sendo “tranquilas”, demonstrando satisfação com as atividades realizadas no turno de trabalho. Quanto às aspirações, todos os trabalhadores relataram não terem o foco de se manter trabalhando a noite, demonstrando que não há uma satisfação plena dos entrevistados com as atividades noturnas.

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A presente pesquisa teve como objetivo compreender a percepção dos trabalhadores noturnos sobre os reflexos do trabalho noturno na sua vida cotidiana. Para chegar a este objetivo, foram construídos três objetivos específicos, propondo-se a: identificar os reflexos do trabalho noturno no corpo; identificar os reflexos do trabalho noturno nas interações sociais; e identificar os reflexos do trabalho noturno no perfil profissional. Para atingir os objetivos, foram entrevistados 3 trabalhadores que atuavam ou já tinham atuado no período noturno.

Quanto ao objetivo geral, foi possível compreender a percepção dos entrevistados sobre o trabalho noturno, pois através dos objetivos específicos, a resposta a este questionamento pôde ser elaborado e refletido. O trabalho noturno não foi algo almejado pelos entrevistados, e sim um acontecimento que surgiu na vida de cada um, seja para se inserir no mercado de trabalho, ou para complementar renda, ou ainda por decisão da empresa. A entrada dos entrevistados no trabalho noturno repercutiu diretamente na sua vida cotidiana, pois os relatos demonstraram que há interferências importantes nos contextos abordados nos objetivos específicos.

O primeiro objetivo específico se propôs a *identificar os reflexos do trabalho noturno no corpo*, enfatizando a perspectiva do homem psicofísico, ou seja, o psicológico se manifesta no corpo, assim como o corpo interfere no psicológico. Assim, os dois entrevistados que manifestaram as consequências negativas no corpo também são aqueles que não estão satisfeitos em realizar o trabalho noturno, especificamente o E1 e o E3. O E2, que não demonstrou descontentamento em trabalhar no período noturno, foi aquele que também não demonstrou ter problemas de saúde. Portanto, é possível inferir que o sujeito, ao estar insatisfeito com uma situação, sente isso em sua totalidade, o que evidencia a fluidez entre mente e corpo, base da teoria existencialista sartreana.

O segundo objetivo específico se propôs a *identificar os reflexos do trabalho noturno nas interações sociais*, fator este que realmente é prejudicado com o trabalho noturno. Percebeu-se que as relações sociais dos entrevistados se restringem basicamente à família, e os amigos são deixados de lado para atender as relações familiares. Vale ressaltar que os possíveis problemas de relacionamento poderão ser acionados com o trabalho noturno, caso já tenha algum conflito pré-existente ocorrendo na relação. Ou seja, o trabalho noturno

não é um fator isolado para haver o problema de relacionamento, mas pode ser um fator potencializador.

Outra questão a ser refletida é que o trabalho se propôs a compreender somente a percepção dos entrevistados, ou seja, mostrou apenas uma visão do trabalho noturno. A percepção da família, dos amigos, dos colegas, não foi abordada no trabalho, o que remete a solicitar novas pesquisas sobre o tema. A importância da ampliação da pesquisa é resultado da compreensão da pesquisadora sobre a entrevista piloto, realizada semanas antes da coleta efetiva dos dados. No momento da entrevista piloto, o trabalhador noturno estava acompanhado de sua esposa, e pediu para que ela ficasse com ele durante a realização das perguntas. Durante a entrevista, as respostas que o trabalhador dava sobre as questões que respondiam aos objetivos específicos suscitava a manifestação da sua cônjuge, e ela dizia que a percepção dele sobre as interferências do trabalho noturno não eram iguais a dela. Neste caso, o trabalhador estava amplamente satisfeito com o horário de trabalho, e sua cônjuge, não.

Esta reflexão corrobora com o relato de E1 sobre o seu relacionamento com a esposa, pois primeiramente disse que estava tudo bem, que conseguia conciliar o trabalho com a família. Porém, durante a entrevista ele começou a demonstrar a sua insegurança, e o conteúdo do seu relato nos faz pensar que pode haver algum problema familiar, embora ele não afirme explicitamente. Assim, sugere-se ampliar a pesquisa em dois aspectos: explorar a percepção da família do trabalhador noturno, para melhorar a compreensão sobre os reflexos do trabalho noturno na vida familiar; e pesquisar sobre mulheres trabalhadoras noturnas, pois nesta pesquisa foi identificado o acúmulo de trabalho para as mulheres no quesito trabalho doméstico, o que pode agravar a tolerância do trabalho por ter menos tempo para descansar quando está em casa.

O terceiro objetivo específico se propôs a *identificar os reflexos do trabalho noturno no perfil profissional*, o que evidenciou que a escolha pelo trabalho noturno é fundamentada principalmente por questões financeiras. O adicional noturno torna o período atrativo, o que mobiliza alguns profissionais a escolherem esse turno de trabalho. Além disso, não houve queixas quanto às atividades desempenhadas no turno, e sim relatos positivos como autonomia e tranquilidade para se trabalhar. Cabe ressaltar que tranquilidade é um quesito que aparece neste ramo por ter menos movimento a noite, pois se fosse no setor de emergência em um hospital, por exemplo, a tranquilidade seria difícil de ser encontrada.

Sob a perspectiva existencialista sartreana, analisou-se que a escolha do trabalho noturno como profissão, vinculado a outros perfis, em especial o de pai, auxiliou os entrevistados na possibilidade de realizar o seu desejo e projeto de ser, a partir de um campo de possibilidades específico. Dentre as possibilidades possíveis, e por motivações diferentes, escolheram seguir este caminho para promover as ações que efetivariam o seu projeto de ser, nesse momento de suas vidas. Assim, o sentido do trabalho para cada sujeito é diferente, pois está vinculado a realização de um projeto de ser, que é particular e pela busca por um futuro, que é o de ser aquilo que ainda não é.

Dessa forma, E1 tem como projeto profissional se aperfeiçoar na área de redes, para futuramente trabalhar apenas em um emprego; E2 projeta para si a inserção e o desenvolvimento profissional, e o trabalho noturno foi a maneira encontrada para atingir o seu objetivo; já E3, projeta se manter no mesmo tipo de trabalho que faz atualmente, ou seja, trabalhar durante o dia, para fazer serviços extras de garçom aos finais de semana para complementar a sua renda. Nesse sentido, a teoria existencialista sartreana foi importante para compreender a perspectiva de futuro de cada um, além de auxiliar na análise os perfis por eles vivenciados.

Outra questão que foi abordada na apresentação desta pesquisa foi o interesse inicial por aprofundar os estudos dos reflexos do trabalho noturno na vida cotidiana do sujeito. Isso ocorreu devido à experiência de pesquisa prévia obtida nas disciplinas de psicologia social I e II, do qual a pesquisadora primeiramente focou nas consequências das relações conjugais, e neste aspecto não havia conflitos, e sim em outros âmbitos da vida do sujeito. Como conclusão, a compreensão que tinha desde o início deste trabalho se manteve, de que cada sujeito interage diferente com o trabalho noturno, não tendo uma regra fixa para as consequências deste tipo de trabalho, e que as decorrências não se restringem somente às negativas.

É importante ressaltar que houve tanto dificuldades quanto facilidades na realização deste trabalho de conclusão de curso. Uma dificuldade encontrada na realização da pesquisa foi quanto à inserção na primeira empresa selecionada, o que demandou um retrabalho em buscar novos locais de coleta. O que facilitou essa nova procura é o fato da pesquisadora trabalhar em uma empresa que realiza o trabalho noturno, e assim pôde ter retorno rápido para conseguir obter os dados da coleta.

Esta pesquisa é importante para a área da psicologia por facilitar a compreensão da vivência dos trabalhadores noturnos, e assim subsidiar o profissional da psicologia em

atuar com esse público. O tema é pouco discutido pelos pesquisadores dessa área, e por o trabalho noturno estar cada vez mais frequente, enfatiza a necessidade de novos estudos sobre os trabalhadores que exercem as atividades noturnas. Esta pesquisa pode auxiliar os profissionais que atuam com o setor de gestão de pessoas, para pensar em estratégias de manter uma boa qualidade de vida, tanto no trabalho, quanto na vida cotidiana. Além disso, o psicólogo clínico pode se utilizar dessa pesquisa para compreender a dinâmica existencial de um sujeito que troca o dia pela noite, e assim pensar em estratégias de intervenção específicas para esse tipo de público.

Destarte, agradeço aos profissionais que participaram da pesquisa, pois sem esses dados não seria possível realizar este estudo. A contribuição deles foi imprescindível para avançar nas pesquisas sobre o trabalho noturno, que poderá ajudar os seus outros colegas trabalhadores noturnos.

REFERÊNCIAS

- BONI, Valdete; QUARESMA, Sílvia Jurema. Aprendendo a entrevistar: como fazer entrevistas em Ciências Sociais. **Revista Eletrônica dos Pós-Graduandos em Sociologia Política da UFSC**, Florianópolis, v. 2, n. 1, p. 68-80, jan./jul. 2005. Disponível em: <<http://www.journal.ufsc.br/index.php/emtese/article/view/18027/16976>> Acesso em: 15 out. 2011.
- BRASIL. Lei nº 5.452, de 1º de maio de 1943. **Consolidação das leis do trabalho**. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/decreto-lei/Del5452.htm>. Acesso em: 15 ago. 2011.
- BRASIL. **Ministério do trabalho e emprego**. Disponível em: <<http://www.mte.gov.br>>. Acesso em: 16 ago. 2011.
- CASTRO, Fernando Gastal de; ZANELLI, José Carlos. Síndrome de *burnout* e projeto de ser. **Cadernos de psicologia social e do trabalho**, Florianópolis, v. 10, n. 2, p. 17-33, 2007. Disponível em: <<http://www.revistasusp.sibi.usp.br/pdf/cpst/v10n2/v10n2a03.pdf>>. Acesso em: 04 ago. 2011.
- CIA, Fabiana; BARHAM, Elizabeth Joan. Trabalho noturno e o novo papel paterno: uma interface difícil. **Estudos de Psicologia**, Campinas, v. 25, p. 211-221, abr./jun. 2008. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/estpsi/v25n2/a06v25n2.pdf>> Acesso em: 30 mai. 2012.
- CHIES, Paula Viviane. Identidade de gênero e identidade profissional no campo do trabalho. **Estudos Feministas**, Florianópolis, v. 18, p. 507-528, mai./ago. 2010. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/ref/v18n2/13.pdf>> Acesso em: 28 abr. 2012.
- COSTA, Giovanni. Saúde e trabalho em turnos e noturno. In: FISCHER, Frida Marina et al. **Trabalho em turnos e noturno na sociedade 24 horas**. São Paulo: Atheneu, 2004. p. 79-98
- EHRlich, Irene Fabrícia. **A contribuição do projeto de ser em Sartre para a psicologia de orientação profissional**. Dissertação de Mestrado. Fpolis: UFSC, 2002.
- FISCHER, Frida Marina. As demandas da sociedade atual: aspectos históricos do desenvolvimento do trabalho em turnos no mundo – conceitos, escalas de trabalho, legislação brasileira. In: FISCHER, Frida Marina et al. **Trabalho em turnos e noturno na sociedade 24 horas**. São Paulo: Atheneu, 2004a. p. 3-17.

_____. Fatores individuais e condições de trabalho e de vida na tolerância ao trabalho em turnos. In: FISCHER, Frida Marina et al. **Trabalho em turnos e noturno na sociedade 24 horas**. São Paulo: Atheneu, 2004b. p. 65-76.

GÊNESIS. Português. In: **Bíblia Sagrada**. Tradução de Ivo Storniolo et al. São Paulo: Paulus, 1990. P. 13-67.

GIL, Antonio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4 ed. São Paulo: Atlas, 2002.

GONÇALVES, Larissa Aparecida; MELO, Silvana Regina de. A base biológica da atenção. **Arq. Ciênc. Saúde Unipar**, Umuarama, v. 13, n. 1, p. 67-71, jan./abr. 2009. Disponível em: <<http://revistas.unipar.br/saude/article/viewFile/2800/2086>> Acesso em: 06 jun. 2012.

GRANDJEAN, Etienne. **Manual de ergonomia: adaptando o trabalho ao homem**. 4 ed. Porto Alegre: Bookman, 1998.

GUIMARÃES, Liliana Andolpho; TEIXEIRA, Luciana Negri. Transtornos mentais e trabalho em turnos alternados em operários de mineração de ferro em Itabira (MG). **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 524, p. 283-289, 2003. Disponível em: <<http://bases.bireme.br/cgi-bin/wxislind.exe/iah/online/?IsisScript=iah/iah.xis&src=google&base=LILACS&lang=p&nextAction=lnk&exprSearch=366227&indexSearch=ID>> Acesso em: 10 set. 2011.

IBGE. **Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística**. Disponível em: <<http://www.ibge.gov.br>> Acesso em: 16 ago. 2011.

JESUS, Teresinha Janussi de. **Qualidade de vida no trabalho noturno: um estudo de caso em uma empresa mineradora**. 2011.109f. Mestrado (Mestrado em Administração)-Faculdades Integradas Pedro Leopoldo, Pedro Leopoldo, 2011. Disponível em: <http://www.unipel.edu.br/2011/media/pdf/mestrado/dissertacoes_2011/dissertacao_teresinha_janussi_jesus_2011.pdf> Acesso em: 10 set. 2011.

KIVIMÄKE, Mika et al. **Does shift work lead to poorer health habits?** A comparison between women who had always done shift work with those who had never done shift work. *Londres*, v. 15, n. 1, p. 3-13, 2001. Disponível em: <<http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/02678370118685#preview>>. Acesso em: 16 ago. 2011.

MACÊDO, Maria Lúcia Azevedo Ferreira de. **Trabalho noturno em saúde: histórias de mulheres trabalhadoras de enfermagem**. 2006. 151f. Dissertação (Mestrado em Enfermagem)-Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Natal, 2006. Disponível em: <http://www.pgenf.ufrn.br/arquivos/teses/maria_lucia_a.pdf>. Acesso em: 16 ago. 2011.

MAHEIRIE, Kátia. Constituição do sujeito, subjetividade e identidade. **Interações**, São Paulo, v. 7, n. 13, jun. 2002. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-29072002000100003&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 02 out. 2011.

MAHEIRIE, Kátia; PRETTO, Zuleica. O movimento progressivo-regressivo na dialética universal e singular. **Revista do Departamento de Psicologia**, Florianópolis, v. 19, n. 2, p. 455-462, jul./dez. 2007. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rdpsi/v19n2/14.pdf>> Acesso em: 05 out. 2011.

MINAYO, Mara Cecília de Souza. **O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde**. 8 ed. São Paulo: Hucitec, 2004.

MORENO, Claudia Roberta de Castro et al. A saúde do trabalhador na sociedade 24 horas. **São Paulo em Perspectiva**, São Paulo, v. 17, n 1, p. 34-46, jan./mar. 2003. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-88392003000100005>. Acesso em: 16 ago. 2011

MORENO, Claudia Roberta de Castro et al. Sociedade 24 horas. **Mente e cérebro: anatomia do Sono**, São Paulo, v. 13, p. 16-23, 2007.

OLIVEIRA, Marcia Moreira de. **Alterações psicofisiológicas dos trabalhadores de enfermagem no serviço noturno**. 2005. 128 f. Dissertação (Mestrado em Enfermagem)- Universidade Federal do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2005. Disponível em: <http://teses.ufrj.br/EEAN_M/MarciaMoreiraDeOliveira.pdf>. Acesso em 16 ago. 2011.

RODRIGUES, Valdo Ferreira. Principais impactos do trabalho em turnos: estudo de caso de uma sonda de perfuração marítima. **R. Un. Alfenas**, Alfenas, v. 4, p. 199-207, 1998. Disponível em: <http://www.unifenas.br/pesquisa/download/ArtigosRev2_98/pag199-207.pdf> Acesso em: 25 out. 2011.

ROTENBERG, Lucia. Aspectos sociais da tolerância ao trabalho em turnos e noturno, com ênfase nas questões relacionadas a gênero. In: FISCHER, Frida Marina et al. **Trabalho em turnos e noturno na sociedade 24 horas**. São Paulo: Atheneu, 2004. p. 53-63.

SILVA, Rosângela Marion da et al. Trabalho noturno e a repercussão na saúde dos enfermeiros. **Esc Anna Nery**, v. 15, p. 270-276, abr./jun. 2011. Disponível em: <<http://redalyc.uaemex.mx/src/inicio/ArtPdfRed.jsp?iCve=127719099008>> Acesso em 04 jun. 2012.

_____. Análise quantitativa da satisfação profissional dos enfermeiros que atuam no período noturno. **Texto Contexto Enferm**, Florianópolis, v. 18, p. 298-305. Abr./Jun 2009. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/tce/v18n2/13.pdf>> Acesso em: 04 jun. 2012.

SANTOS, Cristiane Andrade. **Significado do trabalho e conduta ético-profissional: um estudo de caso na polícia militar baiana**. 2006. 147f. Mestrado (Mestrado em Administração)-Universidade Federal da Bahia, Salvador, 2006. Disponível em: <http://www.bibliotecadigital.ufba.br/tde_busca/arquivo.php?codArquivo=1290>. Acesso em 16 ago. 2011.

SARTRE, Jean Paul. **O existencialismo é um humanismo**. Petrópolis: Vozes, 2010a.

SARTRE, Jean Paul. **Esboço para uma teoria das emoções**. Porto Alegre: L&PM, 2010b.

_____. **Questão de Método**. (1960). São Paulo: Abril Cultural, 1978.

_____. **O ser e o nada: ensaio de ontologia fenomenológica**. 19 ed. Petrópolis: Vozes, 2011.

SCHNEIDER, Daniela Ribeiro. **Sartre e a psicologia clínica**. Florianópolis: UFSC, 2011.

_____. 2006. Liberdade e dinâmica psicológica em Sartre. **Natureza Humana**, v. 8, p. 283-314, jul./dez. 2006. Disponível em: <<http://pepsic.bvs-psi.org.br/pdf/nh/v8n2/v8n2a02.pdf>> Acesso em: 20 ago. 2011.

TOLFO, Suzana da Rosa; PICCININI, Valmíria. Sentidos e significados do trabalho: explorando conceitos, variáveis e estudos empíricos brasileiros. **Psicologia & Sociedade**, Porto Alegre, v. 19, n. 1, p. 38-46, 2007. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/psoc/v19nspe/v19nspea07.pdf>> Acesso em 22 set. 2011.
TRABALHO. In: MICHAELIS moderno dicionário da língua portuguesa. Melhoramentos, 2009. Disponível em: <<http://michaelis.uol.com.br/>> Acesso em: 15 ago. 2011.

VERDIER, Françoise et al. Organização do trabalho em turnos: concentrando-se na análise ergonômica ao longo das 24 horas. In: FISCHER, Frida Marina et al. **Trabalho em turnos e noturno na sociedade 24 horas**. São Paulo: Atheneu, 2004. p. 137-157.

WOLECK, Aimoré. O trabalho, a ocupação e o emprego: uma perspectiva histórica. **Revista de divulgação técnico-científica do Instituto Catarinense de Pós-Graduação**. 2006. Disponível em: <<http://www.icpg.com.br/artigos/rev01-05.pdf>> Acesso em: 16 out. 2011.

PRETTO, Zuleica; MAHEIRIE, Kátia; TONELI, Maria Juracy Filgueiras. Um olhar sobre o amor no ocidente. **Psicol. estud.**, Maringá, v. 14, n. 2, jun. 2009. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-73722009000200021&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 02 Jun 2012.

APÊNDICES

APÊNDICE A – Roteiro de entrevista semiestruturada

<u>Dados Pessoais</u>	<u>Dados do Cônjuge</u>
Idade:	Idade:
Naturalidade:	Naturalidade:
Escolaridade:	Escolaridade:
Cargo:	Cargo:

Dados Familiares:

1. Filhos? () Sim () Não

Em caso afirmativo, especifique quantos e a idade dos filhos.

2. Quantas pessoas moram na mesma residência que você?
3. Em qual bairro você mora?
4. Qual é o meio de transporte que você utiliza para ir trabalhar?
5. Renda Familiar:

Roteiro de Entrevista:

1. Descreva a sua trajetória profissional.
2. Possui outra(s) atividade(s) profissional(s)? () Sim () Não
Em caso afirmativo: tipo de trabalho, horário e escala.
3. Quais foram os motivos que o levaram a trabalhar à noite?
4. Você já teve outra(s) experiência(s) no trabalho noturno? Em caso afirmativo, como foi essa experiência?
5. Há quanto tempo você trabalha no período noturno, somando todas as suas experiências profissionais?
6. Como está sendo esta experiência atual?
7. Relate sobre o que você mais gosta em relação ao trabalho noturno.
8. Relate sobre o que você menos gosta em relação ao trabalho noturno.
9. Se oferecessem a você a oportunidade de trocar de turno, você trocaria? Por quê?
10. Como você caracteriza as condições de trabalho no turno diurno e no turno noturno?
11. Como é a relação entre o trabalho noturno e:

- a) sua vida social com amigos:
 - b) sua vida familiar:
 - c) sua saúde (sono, alimentação, atividades físicas):
 - d) atividades domésticas:
 - e) atividades de lazer:
 - f) relações amorosas (sexualidade):
12. Quais são os seus planos futuros?
13. Você gostaria de comentar algo que não foi perguntado durante a entrevista?

APÊNDICE B – Termo de consentimento livre e esclarecido**UNIVERSIDADE DO SUL DE SANTA CATARINA
COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA - CEP UNISUL
TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO**

Título da pesquisa: A noite às claras: o trabalho noturno e os seus reflexos na vida dos trabalhadores.

Eu, _____, estou sendo convidado(a) para participar, como voluntário(a), em uma pesquisa que tem como título “A noite às claras: o trabalho noturno e os seus reflexos na vida dos trabalhadores.”. Fui esclarecido(a) tanto sobre o objetivo geral da pesquisa, quanto pelos objetivos específicos.

Participarei de uma entrevista individual com profissionais que trabalham no período noturno. A entrevista durará cerca de sessenta minutos e será realizada em um lugar onde eu possa me sentir à vontade para responder as perguntas. Para registro das entrevistas, será utilizado um gravador, mediante a minha autorização, e a pesquisadora fará a transcrição fiel da gravação evitando mudar o que eu disser na entrevista.

Eu reconheço que não sou obrigado a responder todas as perguntas e poderei desistir de participar da pesquisa a qualquer momento (antes, durante ou depois de já ter aceitado participar dela ou de já ter feito a entrevista), sem ser prejudicado por isso. Reconheço também que posso recusar a gravação da entrevista. A qualquer tempo, poderei pedir informações sobre a pesquisa à pesquisadora. Esse pedido pode ser feito pessoalmente, antes ou durante a entrevista, ou depois dela, por telefone, a partir dos contatos da pesquisadora que constam no final deste documento.

A minha identidade não será revelada em momento algum, por nome ou qualquer outra forma. A privacidade das informações obtidas por meio desta pesquisa será preservada. Minha participação é voluntária, o que significa que não serei pago, de nenhuma maneira, por participar desta pesquisa.

Portanto, conforme assinatura abaixo, eu concordo em participar desse estudo, e confirmo que fui informado(a) pela pesquisadora Jaqueline Ceserino Silva sobre o tema e o objetivo da pesquisa, assim como a maneira como ela será feita. Recebi a garantia de que

posso retirar meu consentimento a qualquer momento, sem que isto me traga qualquer prejuízo. Concordo que o material e as informações relacionadas a minha pessoa possam ser utilizadas em aulas, congressos, eventos científicos, palestras ou periódicos científicos, sendo que não serei identificado pelo meu nome verdadeiro.

Com relação ao registro das informações da entrevista, eu:

- () Concordo com a gravação de voz.
() Não concordo com a gravação de voz.

Local e data: _____

Assinatura: _____

RG: _____ Telefone de Contato: _____

Jaqueline Ceserino Silva

Zuleica Pretto

Pesquisador Responsável (professor orientador): Zuleica Pretto.

Contatos: zuleicapretto@yahoo.com.br – (48) 32791084.

Outros pesquisadores (aluna orientanda): Jaqueline Ceserino Silva

Contatos: jaqueline.c.silva@gmail.com – (48) 8811-1518