

Pedro Soares, Ordem dos Enfermeiros Açores, ao nosso jornal

# “Faltam 350 enfermeiros, há sobrecarga de trabalho, excesso de turnos, falta de descanso e 180 são precários”

Um estudo, denominado “NursesMH#Survey2024: A saúde mental dos enfermeiros portugueses”, publicado esta semana em Portugal, indica que 28,8% dos enfermeiros têm a perceção de sintomatologia de depressão grave, mais 6,4% do que os registados há sete anos.

“Na comparação entre os estudos de 2017 e 2024, verifica-se que os enfermeiros passaram a ter uma maior carga de trabalho, a dormir pior quando trabalham por turnos e a consumir mais psicofármacos. Agravou-se também significativamente a perceção sobre a sua saúde física e mental em todas as dimensões estudadas: saúde mental em geral; disfunção social; ansiedade e insónia; sintomatologia somática; sintomatologia de depressão grave”, lê-se num comunicado sobre o estudo.

De acordo com o “NursesMH#Survey2024: A saúde mental dos enfermeiros portugueses”, quase três quartos (74,3%) dos enfermeiros “percecionam negativamente a sua saúde mental”, registando um aumento de 15,3% face aos dados anteriores.

## 87% sofrem de ansiedade e insónia

Também é assinalado que 91,4% dos enfermeiros têm a perceção de disfunção social, 87,4% de ansiedade e insónia, 79,4% de sintomatologia somática, 17,3% consomem ansiolíticos, 17,7% consomem antidepressivos, 21,6% consomem indutores de sono/hipnóticos, 45% consideram sofrer de pelo menos uma doença (física ou mental), 61,2% nunca ou apenas ocasionalmente se sentem saudáveis fisicamente e 44,6% nunca ou apenas ocasionalmente se sentem saudáveis emocional ou psicologicamente.

Em relação às variáveis socioprofissionais e condições de trabalho, o estudo sinaliza que, dos enfermeiros que fazem turnos, 74,4% precisam de dormir mais ou muito mais entre turnos de noite seguidos, e 60,6% entre turnos de manhã seguidos, um aumento de 2% e 11,5%, respetivamente.

## Cansados ao final do dia

O estudo sustenta que 40,1% dos enfermeiros tendem a sentir-se cansados mais cedo do que a maior parte das pessoas ao final do dia e 28,6% consideram ser do tipo de pessoa que adormece facilmente em qualquer lugar.

Os homens têm uma melhor saúde



mental comparativamente às mulheres e é nos mais jovens que se encontram valores mais negativos de perceção da saúde mental.

“Particularmente preocupante é o resultado de ser nas mulheres em todas as idades e nos profissionais mais jovens que se encontram valores mais negativos de perceção da saúde mental”, salienta, precisando que “as mulheres têm 80,4% mais probabilidade de ter uma perceção negativa da saúde mental”.

## Maior disfunção social no contexto hospitalar

Os enfermeiros que exercem em contexto hospitalar têm maior perceção de disfunção social comparativamente com os enfermeiros que exercem em cuidados de saúde primários.

É referido também que uma formação especializada diminui em 29,8% a probabilidade de ter uma perceção negativa da saúde mental.

“À semelhança do estudo anterior, este estudo de 2024 demonstra ainda que ter ‘hobbies’, pertencer e participar na dinâmica de um agregado social e possuir formação especializada em enfermagem são fatores protetores da saúde mental”, acrescenta.

## Resultados são semelhantes nos Açores

Os resultados do estudo, apoiado pela Ordem dos Enfermeiros, foram apresentados pelo Centro de Investigação, Inovação e Desenvolvimento em Enfermagem de Lisboa (CID-

NUR), da Escola Superior de Enfermagem (ESEL), às 16:00.

Contactado pelo “Diário dos Açores”, o Presidente do Conselho Directivo da Ordem dos Enfermeiros dos Açores disse-nos que “este é um estudo transversal ao país mas que claramente retrata uma realidade bem presente nas nossas instituições. Segundo o mesmo estudo, a enfermagem açoriana está dentro da média nas diferentes questões analisadas, nomeadamente na perceção negativa de cada Enfermeiros sobre a sua saúde mental (74,3%), sendo que perto de 30% apresentam sintomatologia de depressão grave e quase 50% reportam sofrer de pelo menos uma doença física ou mental”.

Pedro Soares adianta ao nosso jornal que outro dos pontos que ressalva “prende-se com a disfunção social (91,4%) e isso explica-se com o excesso de turnos extraordinários para que se consiga manter as dotações o mais seguras possíveis nas instituições, e em alguns casos, para que os serviços não fechem. Preocupa-nos todos os dados e ainda mais quando ficamos a saber que cerca de 20% recorre regularmente a ansiolíticos e antidepressivos”.

## Falta crónica de enfermeiros na Região

“Os Açores não fogem a esta infeliz regra nacional, a começar por uma falta crónica de Enfermeiros, calculada ao dia de hoje em mais de 350 Enfermeiros”, alerta Pedro Soares, revelando que, nos Açores, “há uma sobrecarga de trabalho, com excesso

de turnos sucessivos, falta de períodos de descanso adequados e atualmente cerca de 180 enfermeiros estão em contratos precários com o SRS”.

De acordo com o dirigente da Ordem dos Enfermeiros dos Açores, são “tudo situações para além das inerentes à profissão na sua prática que claramente colocam os Enfermeiros sobre uma pressão que não podemos aceitar de forma serena. Esta situação não afeta só o profissional de saúde em si, o não cuidarmos das nossas equipas coloca também a segurança e o bem estar dos nossos utentes em causa, como temos vindo a afirmar nos últimos cinco anos”.

## Falta de profissionais em todas as ilhas

Questionado em que ilhas se verificam mais estas situações, Pedro Soares avança que “estes dados são transversais às nossas nove ilhas, havendo alguma oscilação conforme o tipo de instituição em si e o serviço em particular. A falta de Enfermeiros na região é transversal a todo o arquipélago, e em breve iremos tornar público um estudo que demonstra ilha a ilha quantos somos e o que fazemos, e o que poderíamos fazer ainda melhor”.

## Vão para a reforma o dobro dos que são formados

“Enquanto Ordem dos Enfermeiros nos Açores, temos desde a nossa chegada à instituição alertado insistentemente para a necessidade de investimento na classe, principalmente pela sustentabilidade dos cuidados que prestamos todos os dias em cada ilha, com o que temos”, acrescenta.

“A nível político tentamos demonstrar a necessidade do reconhecimento da enfermagem como profissão de risco e desgaste rápido, a implementação de um subsídio de risco e a antecipação da idade da reforma. Nas nossas ilhas é crucial e urgente a implementação de fatores que ajudem à fixação de Enfermeiros em todas as ilhas, sendo que nos próximos anos veremos sair para a reforma por exemplo o dobro dos enfermeiros que formamos anualmente na região”, revela.

Pedro Soares conclui: “Temos tentado promover a necessidade de uma melhor organização que crie medidas de equilíbrio entre a vida pessoal e profissional, assegurando a proteção física e emocional dos enfermeiros, e isto só se consegue com uma gestão eficaz nas instituições”.