

INSTITUIÇÃO : ESP. EM GESTÃO EM SAÚDE - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA (UNESP)

AUTORA : VALÉRIA DE CASTILHO PALHARES

ORIENTADOR : MARLUCY GODOY RICCI

AVALIAÇÃO DA QUALIDADE DO SONO EM PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM

APRESENTAÇÃO

O sono trata-se de um processo ativo que envolve múltiplos e complexos mecanismos fisiológicos e o trabalhador noturno, que sofre privação durante a jornada de trabalho, muitas vezes realizar esse processo durante o dia (TUFIK, 1997).

O trabalho hospitalar apresenta uma das mais complexas organizações da sociedade moderna e se caracteriza por uma divisão de trabalho extremamente acurada, bem como por uma refinada gama de aptidões técnicas (COUTINHO, 1998).

O Índice de Qualidade do Sono de Pittsburgh (PSQI) é um questionário de auto resposta, que classifica o paciente ou a população estudada em uma faixa de 0 a 21 pontos, sendo 0 indicativo de qualidade ótima de sono e 21 qualidade péssima de sono (BUYSSE ET AL., 1989). Este questionário foi validado para a população brasileira e é constituído de sete componentes.

Portanto, o objetivo deste trabalho foi avaliar a ocorrência de distúrbios do sono nos profissionais de enfermagem de um hospital universitário no interior do estado de São Paulo.

METODOLOGIA

Estudo prospectivo e transversal com 264 profissionais de enfermagem, distribuídos em 52 enfermeiros, 152 auxiliares de enfermagem e 60 técnicos de enfermagem realizado no HC-FMB-UNESP no ano de 2010. Os critérios de inclusão foram os servidores de enfermagem que atuavam no HC e que concordaram em participar do estudo e de exclusão foram os servidores de enfermagem que não completaram o preenchimento do formulário de avaliação e aqueles afastados de suas atividades profissionais por período maior que quatro semanas, no momento da inclusão. Para a coleta dos dados foi utilizado o Índice da Qualidade de Sono de Pittsburgh (PSQI). A pontuação global é determinada pela soma dos sete componentes, cada componente recebe uma pontuação estabelecida entre 0 e 3 pontos com o mesmo peso, em que o 3 refletem o extremo negativo da escala tipo Likert. A escala varia de 0 a 21 pontos, no qual escores até 5 indicam boa qualidade de sono e os escores superiores a 5 indicam má qualidade de sono. Escores maiores ou igual a 15 indicam prejuízo importante do sono. As variáveis contínuas foram expressas por meio de médias e seus respectivos desvios padrão ou como medianas e valores mínimo e máximo. As variáveis categóricas foram expressas como proporções. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética da Faculdade de Medicina de Botucatu protocolo CEP - 3422-2010. Participaram da pesquisa os profissionais que assinaram o "Termo de Consentimento Livre e Esclarecido".

RESULTADOS

A amostra final constituiu-se da avaliação de 226 profissionais, pois 38 questionários não continham respostas para todos os componentes do sono estudados. Destes, 22% eram enfermeiros, 23% Técnicos de enfermagem e 55% auxiliares de enfermagem. A idade média foi de $40,4 \pm 10,25$ anos, sendo 88% do sexo feminino.

O escore PSQI na população estudada ($n=226$) variou entre 0 e 17, 34,9% profissionais apresentaram escore menor ou igual a 5, 65,1% apresentaram distúrbio do sono e 4,1% apresentaram alteração importante do sono, escore maior ou igual a 15. A tabela 1 mostra a qualidade do sono e seus componentes.

Tabela 1: Medidas da qualidade do sono e seus componentes ($n=264$).

	N	Média \pm DP	Mediana	Mínimo	Máximo
C1-Qualidade subjetiva do sono	263	1,43 \pm 0,97	1,00	0	3
C2-Latência do sono	250	1,47 \pm 1,03	1,00	0	3
C3-Duração do sono	253	0,96 \pm 0,87	1,00	0	3
C4-Eficiência habitual do sono	243	0,16 \pm 0,61	0	0	3
C5-Distúrbios do sono	254	1,41 \pm 0,59	1,00	0	3
C6-Uso de Medicação para dormir	264	1,34 \pm 0,82	1,00	0	3
C7-Sonolência diurna e Distúrbios durante o dia	262	0,73 \pm 0,87	0	0	3
PSQI-Pontuação global	226	7,33 \pm 3,55	7,00	0	17

CONSIDERAÇÕES FINAIS

22% eram enfermeiros, 23% eram Técnicos de enfermagem e 55% auxiliares de enfermagem

88% da amostra estudada era do sexo feminino.

A idade média foi de 40 anos, desvio padrão de 10,25 anos.

65,1% da população estudada apresentaram o diagnóstico de distúrbio do sono, conforme o PSQI

Há necessidade ainda de estudos que avaliem as implicações do distúrbio de sono dos profissionais de enfermagem em suas atividades práticas

REFERÊNCIAS

- BUYSSE, D.J.; REYNOLDS, C.F. 3RD.; MONK, T.H.; BERMAN, S.R.; KUPFER, D.J. The Pittsburg Sleep Quality Index: a new instrument for psychiatric practice and research. *Psychiatry Res*, v.28, p. 193-213, 1989.
- COUTINHO NETO, O.B. Estudo sobre carga de trabalho e processo de desgaste das auxiliares de enfermagem de um hospital universitário de Pernambuco. 60p. Tese (Doutorado) - Centro de Pesquisas Aggeu Magalhães da Fundação Oswaldo Cruz, Rio de Janeiro, 1998.
- TUFIK, S.; NERY, L.E.; BITTENCOURT, L.R.A.; PALOMBINI, L.; BAGNATO, M.C.; MOURA, S.M.T.; POYARES, D.L.R.; PINTO, L.R.; REMESAR-LOPEZ, A.J.; DE MELLO, M.T. Distúrbios do sono. *RBM-Rev.Bras.Med*, v.53, p.12-30, 1997.

APOIO

CAPES
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

ORGANIZAÇÃO



CSE
CENTRO SOCIOECONÔMICO



PNAP
PROGRAMA NACIONAL
DE FORMAÇÃO EM
ADMINISTRAÇÃO PÚBLICA