



XXXIV ENCONTRO DE JOVENS PESQUISADORES,
XVI MOSTRA ACADÊMICA DE INOVAÇÃO E TECNOLOGIA e
I MOSTRA DE EXTENSÃO: CONEXÕES ENTRE
UNIVERSIDADE E COMUNIDADE.



ANÁLISE DA SONOLÊNCIA DIURNA EM MULHERES TRABALHADORAS DA ÁREA DA SAÚDE DA SERRA GAÚCHA

Júlia Petri Ferraz (PROBIC-FAPERGS), Karina Giane Mendes, Simone Bonatto, Suzete Marchetto Claus, Heloísa Theodoro, Heloísa Theodoro (Orientador(a))

O sono é uma condição fisiológica essencial para a restauração física e mental. A qualidade e a duração indicam o estado geral de saúde dos indivíduos, já que impactam na regulação hormonal, no funcionamento metabólico e no equilíbrio imunológico. Este estudo transversal avaliou a sonolência diurna excessiva em amostra de 877 mulheres, constituída por enfermeiras, técnicas de enfermagem e agentes comunitárias de saúde da Atenção Básica, em Caxias do Sul-RS. Os dados foram obtidos por entrevista com questionário e instrumentos validados. A sonolência foi avaliada pela Escala de Sonolência de Epworth (ESE). A ESE analisa a probabilidade do cochilo em situações diversas do cotidiano, através de 8 exemplos práticos, com escores de 0 a 3. As respostas geram uma pontuação, que será contabilizada ao final para a verificação do estado de saúde do entrevistado. O resultado varia de acordo com o valor total obtido, classificado da seguinte forma: menor sonolência diurna normal (0-5 pontos), maior sonolência diurna normal (6-10 pontos), leve sonolência diurna excessiva (11-12 pontos), moderada sonolência diurna excessiva (13-15 pontos) e grave sonolência diurna excessiva (16-24 pontos). Para verificar a associação entre as variáveis estudadas, utilizou-se o teste de Qui-Quadrado de Pearson. Estudo aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP), parecer número 7.134.723. Média do escore de sonolência foi de 9,1 (DP = 5,0), maior frequência 6-10 pontos, indicando que a média está no limite superior com tendência ao aumento de sonolência diurna, mas sem predominância de sonolência excessiva. Sobre a escolaridade, aquelas que apresentam graduação e pós-graduação possuem resultados maiores, 6 a 10 e 16 a 24 pontos, quando comparadas às mulheres que têm o ensino fundamental ou ensino médio completo ($p < 0,05$). Em casos de Transtorno Mental Comum (TMC) há maior sonolência diurna, 50% das entrevistadas estão nas três últimas classificações da ESE ($p < 0,001$). Referente ao uso de ansiolíticos, a proporção de mulheres que administram e tem pontuação de 16 a 24 é quase duas vezes maior do que aquelas que não fazem tratamento medicamentoso ($p < 0,022$). Os resultados mostraram relação entre a piora da sonolência diurna e a escolaridade, presença de TMC e uso de ansiolíticos. Os achados evidenciam que fatores ocupacionais podem impactar na saúde integral, o que reforça a importância da promoção de ações que melhorem os fatores comportamentais nesta população.

Palavras-chave: Sonolência, Trabalhadores da Saúde, Qualidade do sono

Apoio: UCS, outros