

Trabalho apresentado no 16º CBCENF

Título: AVALIAÇÃO DA QUALIDADE DO SONO EM ACADEMICOS DE ENFERMAGEM
Relatoria: RAFAEL DE ABREU LIMA
MARIANE DE AZEVEDO SODRÉ
Autores: ATILLA MARY ALMEIDA ELIAS
CLÁUDIA CRISTINA DA MATA OLIVEIRA
AUREAN D'EÇA JÚNIOR
Modalidade: Pôster
Área: Cidadania, alienação e controle social
Tipo: Pesquisa
Resumo:

Os acadêmicos de enfermagem fazem parte de um grupo susceptível a transtornos do sono devido à carga horária do curso, tarefas acadêmicas e extra acadêmicas, que os expõe a fortes cargas de estresse e ansiedade. A pesquisa objetivou conhecer a qualidade do sono dos estudantes de enfermagem de uma instituição de ensino superior. Trata-se de um estudo transversal, descritivo, desenvolvida em 168 acadêmicos de enfermagem no período de agosto a outubro de 2012. Utilizou-se questionário estruturado com dados sociodemográficos, estilo de vida e antropometria. A qualidade do sono foi avaliada pelo questionário Qualidade do Sono de Pittsburg (PSQI). Verificou-se que a maioria dos acadêmicos eram mulheres (95,5%), na faixa etária de 18 a 25 anos (63,1%), pertencentes a classe social A/B (79,7%), não obesas (75,6%), onde os acadêmicos do turno matutino tinham melhor qualidade de sono (6,02h) comparado aos acadêmicos do turno vespertino (5,38h), segundo tempo de sono e dentre as razões que dificultam a boa qualidade do sono identificou-se o trabalho noturno (24%) e a ansiedade (15,2%). Conclui-se que os acadêmicos apresentam uma qualidade de sono ruim, associado a fatores estressantes como dores, trabalho noturno e outros motivos.