

Trabalho apresentado no 18º CBCENF

Título: QUALIDADE DO SONO EM ADOLESCENTES ESCOLARES DE CAMPINA GRANDE ? PB

Relatoria: GEISIELLY RAQUEL DA CRUZ AGUIAR

Lucenildo Laerty da Silva Sales

Autores: Priscilla Yévelin Barros de Melo

Milena Cavalcante Ramalho

Carla Campos Muniz Medeiros

Modalidade: Pôster

Área: Gestão, tecnologias e cuidado

Tipo: Monografia

Resumo:

INTRODUÇÃO: A qualidade do sono pode ser alterada por fatores intrínsecos e extrínsecos, apresentando modificações que geram impactos negativos na saúde dos indivíduos, incluindo aqueles de menor faixa etária. A má qualidade e as complicações com o sono podem também ser sinais de estresse e de um estilo de vida não saudável, que podem comprometer a saúde e ter como consequência, dificuldades no aprendizado e a falta de estímulo em determinadas atividades, principalmente as repetitivas. **OBJETIVO:** Verificar a qualidade do sono em adolescentes escolares de Campina Grande-PB. **METODOLOGIA:** Estudo transversal com abordagem quantitativa, realizado com 563 adolescentes com idade entre 15 e 19 anos, devidamente matriculados no ensino médio de escola estadual no município de Campina Grande ? PB. A coleta dos dados se deu por meio da aplicação de um questionário para avaliação da qualidade do sono auto reportada, avaliada pelo Pittsburgh Sleep Quality Index ? IQSP (Índice de Qualidade do Sono de Pittsburgh), Para comparar as médias das variáveis entre os sexos masculino e feminino, aplicou-se o teste t-student e, para todas as análises estatísticas considerou-se o nível de significância de 5%. Para as análises estatísticas utilizou-se o SPSS, versão 17.0. **RESULTADOS E DISCUSSÕES:** A maioria da população estudada foi do sexo feminino (66,3%), com idade entre 15 e 16 anos (57,4%). A qualidade do sono alterada foi identificada em 6,9% da população, não havendo diferença significativa entre os sexos masculino e feminino. No sexo feminino, por sua vez, verificou-se médias mais elevadas na pontuação do IQSP (6,40) em relação ao sexo masculino (5,82). **CONCLUSÕES:** Embora a prevalência de distúrbios do sono na população estudada não tenha sido elevada, a detecção desse padrão nessa faixa etária é muito importante, devido a influência do padrão do sono no desenvolvimento de problemas de saúde pública.