Trabalho apresentado no 20º CBCENF

Título: O TRABALHADOR EM TURNOS E O SONO

Relatoria: KÉZIA KATIANE MEDEIROS DA SILVA
MILVA MARIA FIGUEIREDO DE MARTINO
MARIA CLEIA DE OLIVEIRA VIANA

Autores: CLARISSA MARIA BANDEIRA BEZERRA
JÉSSYCA DAYANA MARQUES DE PAIVA
ANA PATRÍCIA COSTA DE OLIVEIRA

Modalidade: Comunicação coordenada

Área: Trabalho, Ética e Legislação profissional

Tipo: Pesquisa

Resumo:

Introdução: O trabalho por turnos constitui, atualmente, um problema para a maioria dos trabalhadores e um enorme desafio para a saúde ocupacional, principalmente para a equipe de enfermagem. Objetivo: analisar o ciclo vigília-sono e a qualidade do sono em enfermeiros que trabalham por turnos num hospital universitário. Método: delineamento do tipo transversal e descritivo, com uma abordagem quantitativa. Resultados: o ciclo vigília-sono foi avaliado por meio do diário de sono, num total de 104 enfermeiros, com idade média de 39 anos. Para medir a qualidade do sono, calculou-se o Índice Qualidade de Sono de Pittsburgh. A percepção da qualidade do sono autorreportada pela Escala Análoga Visual foi de 6,79 pontos, em média, para o sono do grupo diurno e 5,36 pontos para o sono do grupo noturno, com diferença estatística. No PSQI, obteve-se uma média de 7 pontos. Conclusão: os dados permitiram considerar o sono dos enfermeiros como sendo de má qualidade para o grupo do noturno. A falta de hábitos desportivos e o esquema de trabalho em turnos podem ter influenciado na qualidade do sono. Referências: 1. Silva, K. K. M.; De Martino, M. M. F.; Viana, M. C. O.; Bezerra, C. M. B.; Freire, A. P. C. O.; Silva, D. M.; Aquino, A. S. F. Night Shift Work and Sleep Wake Cycle in Nurses: an Integrative Review. International Archives of Medicine. v.9, n.1, p.1-9, 2016. BRAGA, L. M.; TORRES, L. M.; FERREIRA, V. M. CONDIÇÕES DE TRABALHO E FAZER EM ENFERMAGEM. Revista de Enfermagem - UFJF, Juiz de Fora, v. 1, n. 1, p.55-63, jan. 2015.