

Trabalho apresentado no 23º CBCENF

Título: FATORES QUE INFLUENCIAM A QUALIDADE DO SONO DE PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM DA ATENÇÃO HOSPITALAR

Relatoria: RAYSSA DO NASCIMENTO SOUSA
Thiemmy de Souza Almeida Guedes
Jonas Pereira Soares

Autores: Tânia Mara Freitas Sousa
Terezinha da Costa Santos
Mariana Cunha de Albuquerque
Augusto Cezar Antunes de Araújo Filho

Modalidade: Comunicação coordenada

Área: ÉTICA, LEGISLAÇÃO E TRABALHO

Tipo: Pesquisa

Resumo:

Introdução: O sono é considerado uma das necessidades básicas humanas. Evidências demonstram que sua privação bem como seus distúrbios podem causar alterações metabólicas, inflamatórias e impactar negativamente na saúde, de uma forma geral. Objetivo: Identificar os fatores que influenciam negativamente a qualidade do sono de profissionais de enfermagem que atuam na atenção hospitalar. Método: Trata-se de estudo de revisão integrativa da literatura, de caráter descritivo. Realizado no mês de junho de 2021, guiado pela questão norteadora "Quais fatores influenciam negativamente a qualidade do sono em profissionais de enfermagem atuantes na atenção hospitalar?", com a utilização dos seguintes descritores: "Assistência Hospitalar", "Enfermeiras e Enfermeiros", "Profissionais de Enfermagem" e "Sono", que foram relacionados aos operadores booleanos "AND e OR". Buscando as evidências científicas, realizou-se o cruzamento dos descritores nas Bases de Dados em Enfermagem (BDENF), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (Medline), obtendo, 1371 resultados. Posteriormente, aplicaram-se os critérios de inclusão: textos completos gratuitos, em português, inglês e espanhol, indexados entre os anos de 2016 e 2021, obtendo 269 documentos. Em seguida, após leitura dos títulos e resumos, aplicaram-se os critérios de exclusão: textos repetidos entre as bases, revisões e artigos que não responderam à questão de pesquisa, obtendo 42 publicações. Após leitura dos textos, identificou-se uma amostra de 17 artigos. Resultados: Entre os fatores apontados, destacam-se: idade jovem, percepção geral sobre bem-estar, adaptação ao estresse, equilíbrio emocional e pouca prática de atividade física. Quanto aos fatores relacionados à atividade laboral: atuar nos setores de obstetrícia, urgência e emergência, terapia intensiva, em muitos turnos no mês no período noturno. Além de trabalhar em meio à pandemia de COVID-19. Estes fatores, se relacionam principalmente à ocorrência de insônia, menor quantidade e qualidade do sono, e consequentemente cansaço durante o trabalho. Conclusão: Diante do exposto, é importante que o profissional de enfermagem realize atividades que possam contribuir para seu bem-estar físico, mental e social. Tendo em vista que o estresse relacionado ao trabalho, o estilo de vida, e o status de saúde mental podem interferir diretamente na qualidade do sono, da vida e na saúde.