

## Trabalho apresentado no 26º CBCENF

**Título:** AÇÃO EDUCATIVA SOBRE HIGIENE DO SONO PARA LACTENTES DE UMA UNIDADE CANGURU DO MUNICÍPIO DE FORTALEZA

**Relatoria:** Ana Isabella Firmino Fonteles  
Lucas Nobre Ferreira  
Vitória Maria Ferreira de Sousa

**Autores:** Sofia Lins de Castro  
Maria Dhescyca Ingrid Silva  
Maria Vera Lúcia Moreira Leitão Cardoso

**Modalidade:** Pôster

**Área:** Eixo 1: Assistência, gestão, ensino e pesquisa em Enfermagem

**Tipo:** Relato de experiência

**Resumo:**

**Introdução:** O sono é um processo fisiológico essencial para a conservação de energia, consolidação da memória, além de promover a liberação de importantes hormônios como o GH, que auxilia no crescimento adequado, síntese proteica e desenvolvimento humano. Portanto, é fundamental a promoção da higiene do sono em crianças, principalmente recém-nascidos, haja vista que, por estarem na primeira fase da infância, precisam de boa qualidade de sono para consolidarem o seu desenvolvimento. **Objetivo:** Relatar a experiência de acadêmicos de enfermagem quanto a realização de uma ação educativa em saúde voltada para os cuidados de higiene do sono em recém-nascidos. **Metodologia:** Trata-se de um estudo descritivo do tipo relato de experiência sobre uma ação de educação em saúde que ocorreu em maio de 2024, conduzida por integrantes da Liga Acadêmica de Neonatologia e Pediatria da Universidade Federal do Ceará (LANEP-UFC) em uma Unidade de Cuidado Intermediário Neonatal Canguru (UCINCa), na Maternidade Escola Assis Chateaubriand. A metodologia educativa aplicada foi uma roda de conversa com as mães. O material utilizado abordou conteúdos a respeito do sono do neonato: da importância deste, recomendações de segurança, como realizar uma rotina funcional, somado ao tutorial de como realizar o banho de ofurô. Ao final, foi disponibilizado, ao público-alvo, os folders informativos impressos para que elas pudessem acessar as informações posteriormente. **Resultados e Discussão:** As iniciativas de educação em saúde na Unidade de Cuidados Intensivos Neonatais (UCINCa) foram avaliadas de forma positiva pelos estudantes de enfermagem, pois eles facilitaram o acesso ao conhecimento sobre os recém-nascidos para as mães participantes. Surgiram questões sobre a manutenção do padrão de sono dos bebês, ensino prático de medidas seguras para dormir, incluindo a posição correta para o lactente, e métodos não farmacológicos para tranquilização, como o banho de ofurô, entre outros. Houve relatos construtivos por parte das mães, e as dúvidas das lactantes foram prontamente esclarecidas pelos estudantes, com o suporte dos profissionais de saúde da unidade. **Considerações Finais:** A ação contribuiu para a promoção da saúde dos neonatos, tendo em vista que bons hábitos de higiene do sono são fundamentais para o crescimento e desenvolvimento infantil adequados. Além disso, favoreceu as mães conhecimentos para buscar maior autonomia e segurança quanto aos cuidados dos seus filhos.