



AVALIAÇÃO DO SONO DE TRABALHADORES DE ENFERMAGEM QUE ATUAM EM CENTRO CIRÚRGICO

Autores: Rosângela Marion Da Silva; Anahlú Peserico; Claudiane Bottoli; Marielli Trevisan Jost

Instituição: Universidade Federal de Santa Maria

Introdução

O sono é essencial para o corpo e a mente. A sonolência surge como o desequilíbrio do ciclo sono-vigília, sendo capaz de influenciar negativamente na execução das atividades laborais e consequentemente na saúde do trabalhador.

Objetivo

Avaliar o sono de trabalhadores de enfermagem que atuam em centro cirúrgico.



AVALIAÇÃO DO SONO DE TRABALHADORES DE ENFERMAGEM QUE ATUAM EM CENTRO CIRÚRGICO

Método

Trata-se de dados de um projeto matricial de um estudo transversal, realizado com uma amostra significativa de trabalhadores de enfermagem atuantes em um Hospital Universitário, situado no estado do Rio Grande do Sul. A coleta de dados ocorreu individualmente, no período de setembro de 2017 a abril de 2018. Neste período, a população de enfermagem era de 960 trabalhadores (333 enfermeiros, 500 técnicos de enfermagem e 127 auxiliares de enfermagem), que atuavam nos turnos diurno e noturno. Estipulou-se como critérios de inclusão: ser enfermeiro, técnico de enfermagem ou auxiliar de enfermagem. E como critérios de exclusão: estar em licença ou afastamento de qualquer natureza durante o período da coleta de dados. Para este estudo, optou-se por avaliar somente os dados referentes aos trabalhadores que, no período de coleta de dados, atuavam no centro cirúrgico. Utilizou-se um questionário de dados sociolaborais, a Escala de Sonolência de Epworth e o Índice de Qualidade do Sono de Pittsburgh, versão validada em português do Brasil. Foi estabelecido um prazo de cinco dias para devolução do questionário. Os dados foram analisados estatisticamente com o auxílio do software Predictive Analytics Software, da SPSS (Statistical Package for the Social Sciences). Os aspectos éticos da pesquisa com seres humanos do Conselho Nacional de Saúde foram respeitados, tendo aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa sob nº do parecer 2.237.779.



AVALIAÇÃO DO SONO DE TRABALHADORES DE ENFERMAGEM QUE ATUAM EM CENTRO CIRÚRGICO

Resultados

Participaram 20 trabalhadores, sendo 80% do sexo feminino, 75% técnicos de enfermagem, 15% auxiliares de enfermagem e 10% enfermeiros; o turno de trabalho com maior participação dos trabalhadores foi o turno da tarde (50%), seguido pelo turno da manhã (35%) e noite (15%). Percentual de 45% informaram já terem sofrido algum tipo de acidente relacionado ao trabalho. Identificou-se que 95% estavam satisfeitos com o trabalho e 85% satisfeitos com a remuneração. Sobre o sono, identificou-se 50% com sonolência diurna excessiva e 80% com avaliação ruim da qualidade do sono.

Sobre a avaliação do sono, identificou-se predomínio da qualidade do sono ruim, situação que requer atenção de gestores e trabalhadores. Pesquisa realizada na Alemanha com trabalhadoras de enfermagem identificou correlação entre a pior qualidade do sono e sintomas como taquicardia, problemas circulatórios e dores nas costas.⁽¹⁾ O sono comprometido na sua quantidade/qualidade favorece a fadiga, definida pela sensação de desgaste, cansaço e falta de energia,⁽²⁾ o que pode contribuir para a ocorrência de danos à saúde.



AVALIAÇÃO DO SONO DE TRABALHADORES DE ENFERMAGEM QUE ATUAM EM CENTRO CIRÚRGICO

Conclusão

Os dados sugerem que a longo e médio prazo os trabalhadores podem adoecer em decorrência do comprometimento do sono.

Referências

1. Hasan AA, Tumah H. The correlation between occupational stress, coping strategies, and the levels of psychological distress among nurses working in mental health hospital in Jordan. *Perspect Psychiatr Care*. 2019; 55(2):153-160.
2. Fernandes BKC, Ribeiro ACM, Borges CL, de Galiza FT, Joventino ES. Influences of night shifts in sleeping of nursing workers: integrative review. *Revista Enfermagem Atual*. 2017; 81(19):97-103.