



Trabalho apresentado no 20º CBCENF

Título: O TRABALHADOR EM TURNOS E O SONO

Autores: KÉZIA KATIANE MEDEIROS DA SILVA (Relator)
MILVA MARIA FIGUEIREDO DE MARTINO
MARIA CLEIA DE OLIVEIRA VIANA
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.