

Título do projeto de pesquisa: RESUMO EXPANDIDO DO PROJETO DE PESQUISA “AVALIAÇÃO DA QUALIDADE DO SONO EM MÉDICOS RESIDENTES E MÉDICOS PRECEPTORES EM UM HOSPITAL TERCIÁRIO DE ENSINO

Pesquisadores:

- Frederico Moraes Cardoso Marques
- Giuliana Macedo Mendes
- Amélia Cristina Stival Duarte

Unidade da SES-GO: HGG -GO

Resumo expandido: RESUMO EXPANDIDO DO PROJETO DE PESQUISA “AVALIAÇÃO DA QUALIDADE DO SONO EM MÉDICOS RESIDENTES E MÉDICOS PRECEPTORES EM UM HOSPITAL TERCIÁRIO DE ENSINO

RESUMO

Introdução

A qualidade de sono na população geral é assunto altamente relevante, uma vez que reflete diretamente na qualidade de vida das pessoas, assim como indicativos clínicos de presença de distúrbios respiratórios do sono, os quais podem exibir padrões de disfuncionalidades prementes como sonolência diurna, alteração de humor, transtornos nas relações familiares e sociais, dor crônica, dentre outras. Neste esteio, a avaliação da qualidade de sono, incluindo indicativos clínicos de distúrbios respiratórios do sono em médicos residentes e médicos preceptores em um hospital terciário de ensino faz-se tema deste trabalho científico pela sua importância em termos de saúde individual e coletiva.

Objetivos

Traçou-se com meta avaliar a qualidade de sono, incluindo indicativos clínicos de distúrbios respiratórios do sono em médicos residentes e médicos preceptores através da aplicação de escalas clínicas úteis para este fim, no período letivo da residência do ano de 2017, que ocorre entre o mês de março de 2017 até o mês de março de 2018, em um hospital terciário de ensino, no caso presente o Hospital Estadual Alberto Rassi

(HGG). E, de posse destas informações, será possível promover ações para melhorar a qualidade do sono destes profissionais e, conseqüentemente, a qualidade de vida, e desta forma, garantir um melhor atendimento médico aos pacientes. Para fins objetivos, aplicou-se dois questionários úteis para mensurar a qualidade subjetiva do sono, as quais são: Escala de Sonolência de Epworth (ESE) e Índice de Qualidade do Sono de Pittsburg (PSQI, sigla do inglês Pittsburgh Sleep Quality Index).

Principais resultados obtidos

Dentre os resultados obtidos, constatou-se que a qualidade do sono está relacionada com latência do sono ($p < 0,001$), duração ($p < 0,001$), eficiência ($p < 0,001$), presença de distúrbios do sono ($p < 0,001$) e uso de medicações ($p < 0,001$). A presença de disfunções durante o dia está relacionada com a qualidade do sono ($p = 0,002$), latência do sono ($p = 0,009$), presença de distúrbios do sono ($0,013$) e o uso de medicações ($p = 0,023$). Contudo, a presença de disfunções durante o dia não mostrou associação com a eficiência do sono ($p = 0,415$) e a duração do sono ($p = 0,082$).

A duração do sono mostrou correlação com a latência do sono ($p < 0,004$), e não mostrou associação com o uso de medicamentos para dormir ($p = 0,076$) e a presença de distúrbios do sono ($p = 0,114$). A eficiência do sono mostrou associação com a latência e duração do sono ($p = 0,002$ e $p < 0,001$, respectivamente), e também com a presença de distúrbios do sono e com o uso de medicamentos para dormir ($p = 0,032$).

Não foi encontrada correlação entre a presença de distúrbios durante o sono e o uso de medicamentos ($p < 0,001$), assim como também foi encontrada diferença estatística entre o sexo e as pontuações nas escalas de Pittsburgh e Epworth.

Neste esteio, também não foi percebida diferença estatística entre as faixas etárias e as pontuações nas escalas das escalas de Pittsburgh e Epworth. Porém a idade se mostrou relacionada com a presença de disfunções durante o dia ($p = 0,003$), em que, dos 41 indivíduos que apresentaram disfunção durante o dia pelo menos uma vez na semana, 61% estavam na faixa dos 20 a 30 anos, seguidos dos indivíduos entre os 31 e 40 anos (19,5%). Apenas 4 sujeitos com idade entre 41 e 50 e 4 indivíduos na faixa dos 51 e 60 anos apresentaram disfunção durante o dia pelo menos uma vez na semana.

Foi observado que 26,9% da amostra referiu ingerir medicamento pelo menos uma vez na semana e também se mostrou associado com a qualidade do sono ($p = 0,001$);

latência do sono ($p<0,001$); eficiência do sono ($p=0,038$); distúrbios do sono ($p<0,001$).

Enquanto que, dos 21 indivíduos que relataram ingerir medicamentos pelo menos uma vez na semana, 47,6% tiveram uma avaliação do sono como ruim, e 14,3% tiveram seu sono avaliado como muito ruim. Em relação à latência do sono, nesse grupo, 66,6% demoravam mais que 30 minutos para dormir e 71,4% apresentaram distúrbios do sono pelo menos uma vez na semana.

O uso de medicamentos demonstrou auxiliar na eficiência do sono, uma vez que nesse grupo, 81% tiveram uma eficiência do sono maior que 84%. Dos 21 profissionais que utilizavam medicamentos para auxiliar no sono, 61,9% apresentaram distúrbios do sono pela classificação global na escala PSQI.

Houve constatação também de associação significativa entre a escala de Pittsburgh e a escala de sonolência de Epworth. No grupo em que não foi constatado sonolência diurna, a presença de distúrbios do sono foi de 16,1 %, ao passo que no grupo com sonolência diurna, a prevalência de distúrbios do sono foi de 36,4% ($p=0,007$). Deve-se salientar que pelo teste de correlação linear de Spearman, também houve associação significativa ($p= 0,006$).

Assim, conclui-se que os dados obtidos poderão servir como ferramentas futuras para implementar políticas para melhorar a qualidade do sono entre os médicos residentes e preceptores do Hospital Estadual Alberto Rassi (HGG), podendo transpor tais políticas para outros hospitais, sendo necessário mais estudos para corroborar e complementar os resultados obtidos neste projeto de pesquisa.

Descrição da amostra de acordo com o agrupamento de médicos preceptores e médicos residentes, e de acordo com a idade.

Variável	Residentes (n=45)		Preceptores (n=33)	
	n	%	n	%
Idade				
20 a 30 anos	36	80,0	0	0
31 a 40 anos	8	17,8	8	24,2
41 a 50 anos	0	0	15	45,5
51 a 60 anos	1	2,2	8	24,2
Igual ou acima de 61 anos	0	0	2	6,1

Sexo				
Feminino	28	62,2	19	57,6
Masculino	17	37,8	14	42,4

Avaliação da escala de Pittsburgh e ESE: Comparação dos resultados entre os grupos residentes e preceptores.

Variável	Residentes (n=45)		Preceptores (n=33)		Valor p ³
	n	% ¹	n	% ²	
Qualidade subjetiva do sono					
Muito boa	5	11,1	4	12,1	0,969
Boa	24	53,3	17	51,5	
Ruim	14	31,1	11	33,3	
Muito ruim	2	4,4	1	3,1	
Latência do sono					
Maior ou igual a 15 minutos	16	35,6	9	27,3	0,644
16 a 30 minutos	12	26,7	11	33,3	
31 a 60 minutos	14	31,1	11	33,3	
Maior que 60 minutos	3	6,7	2	6,1	
Duração do sono					
Mais que 7 horas	5	11,1	6	18,2	0,548
Entre 6 e 7 horas	24	53,3	16	48,5	
Entre 5 e 6 horas	12	26,7	9	27,3	
Menos que 5 horas	4	8,9	2	6,1	
Eficiência habitual do sono					
Maior que 85%	31	68,9	16	48,5	0,154
Entre 75% e 84%	6	13,3	11	33,3	
Entre 65% a 74%	6	13,3	5	15,2	
Menor que 65%	2	4,4	1	3,0	
Distúrbios do sono					
Nenhuma vez no último mês	5	11,1	1	3,0	0,310
Menos de uma vez na semana	29	64,4	22	66,7	
Entre 1 a 2 vezes na semana	11	24,4	10	30,3	
3 vezes na semana ou mais	0	0,0	0	0,0	
Uso de medicação para dormir					

Nenhuma vez no último mês	32	71,1	19	57,6	0,151
Menos de uma vez na semana	3	6,7	3	9,1	
Entre 1 a 2 vezes na semana	6	13,3	3	9,1	
3 vezes na semana ou mais	4	8,9	8	24,2	
Disfunção durante o dia					
Nenhuma vez no último mês	3	6,7	6	18,2	0,001
Menos de uma vez na semana	10	22,2	18	54,5	
Entre 1 a 2 vezes na semana	19	42,2	5	15,2	
3 vezes na semana ou mais	13	28,9	4	12,1	
Pontuação global do PSQI⁴					
Sono de boa qualidade	8	17,8	10	30,3	0,378
Sono de qualidade ruim	27	60,0	16	48,5	
Presença de distúrbio do sono	10	22,2	7	21,2	
Pontuação na ESE⁵					
Ausência de sonolência diurna	29	64,4	27	81,8	0,094
Presença de sonolência diurna	16	35,6	6	18,2	

Relação entre o nível de sonolência excessiva diurna, de acordo com a ESE, e a qualidade do sono, segundo o PSQI.

Variável	Classificação PSQI						Valor p ¹
	Bom		Ruim		Distúrbio		
	N	%	n	%	n	%	
Classificação ESE							
Sem sonolência (n= 56)	17	30,4	30	53,6	9	16,1	<0,007
Com sonolência (n= 22)	1	4,5	13	59,1	8	36,4	

1 Teste de *Mann-Whitney*

Há cópia disponível na Biblioteca Ena Galvão da Escola de Saúde Pública de Goiás Cândido Santiago, no endereço Rua 26, n. 521, Jardim Santo Antônio, Goiânia-GO, CEP 74853-070.

Resumo não disponível na internet.