Saúde do professor universitário: a relação entre queixas respiratórias e distúrbios do sono

Dados dos autores:
Andriélen Lactiane Coronel Cordeiro, andrielen.coronel@acad.ufsm.br
Gabriela Nascimento Dalla Santa, gabriela.dalla@acad.ufsm.br
Mariana Menezes de Mello, mello.mariana@acad.ufsm.br
Nathália Haas de Andrade, nathalia.haas@acad.ufsm.br
Rafaela Gelsdorf Seckler, rafaela.seckler@acad.ufsm.br
Raissa Fontana Noronha, raissa.noronha@acad.ufsm.br
Angela Ruviaro Busanello-Stella, angela.rb.stella@ufsm.br

Introdução: Distúrbios do sono e problemas respiratórios podem impactar a saúde e o desempenho profissional de professores universitários. Investigar essas queixas contribui para compreender seus impactos e subsidiar ações de promoção da saúde.
Objetivo: Investigar e correlacionar queixas relacionadas ao sono e aos problemas respiratórios em professores universitários.
Método: Estudo transversal aprovado no CEP da Instituição de origem sob n° 5.071.236. A amostra contou com 21 professores universitários. Foram levantadas queixas de respiração e do sono a partir do protocolo MBGR. Os dados obtidos foram submetidos à análise descritiva e Correlação de Spearman (Statistica 9.0), adotando-se nível de significância de 5%.
Resultados: A amostra foi predominantemente feminina (n=15; 71,4%) e com idade ≤44 anos (n=17; 80,95%). Queixas respiratórias foram relatadas por 80,95% (n=17) dos professores, com média de 3,35 sintomas por indivíduo, destacando-se rinite alérgica (n=14; 66,6%), dor de garganta (n=8; 38,09%) e sinusite e obstrução nasal (n=7; 33,33%). Todos apresentaram queixas relacionadas ao sono, média de 3,38 ocorrências, sendo mais frequentes: ronco (52,38%), sono fragmentado (47,61%), sialorréia (38,09%) e dormir com a boca aberta e apoiar a mão sob a mandíbula (38,09%). Houve correlação positiva moderada entre problemas respiratórios e de sono (rho=0,64; p=0,005).
Conclusão: Conclui-se que os professores apresentaram frequência elevada de queixas de respiração e do sono, sugerindo impacto negativo dos distúrbios respiratórios na qualidade do sono dos professores avaliados.

Referências: FREITAS, A. M. C. et al. Qualidade do sono e fatores associados entre docentes de educação superior. Revista Brasileira de Saúde Ocupacional, v. 46, 2021.