

CARACTERIZAÇÃO DO SONO ASSOCIADA À SONOLÊNCIA DIURNA E À QUALIDADE DE VIDA EM ESTUDANTES DE MEDICINA

¹Edrian Werner Carvalho; ²Francisco Ribeiro Picanço Júnior; ³Wilke Souza Menezes; ⁴Juarez de Souza; ⁵Giovana Andreia Gibbert de Souza

¹Discente; UEPA; Curso: Medicina; email: edrian123.ew@gmail.com; ²Discente; UEPA; Curso: Medicina; email: jrx_ribeiro@hotmail.com; ³Médico; UEPA; email: wilkesouza@hotmail.com ⁴Docente/Orientador; UEPA; Formação: Farmácia; email: sousa644@hotmail.com; ⁵Docente/Coorientadora; UEPA; Formação: Licenciatura em biologia; email: souza644@hotmail.com

Diante do atual padrão social no qual o ser humano acaba por ter um ritmo cotidiano cada vez mais acelerado, verifica-se, uma negligência no que diz respeito à qualidade do sono. Tal atitude acaba por se atrelar a presença de sonolência diurna excessiva (SDE), diminuindo assim o rendimento diurno do indivíduo, assim como corrobora para uma diminuição da qualidade de vida do mesmo. Por conseguinte, verificam-se essas associações como sendo prevalentes em estudantes de medicina, haja vista estes possuírem fatores que os induzem a essa prática, como uma carga horária de atividades altamente exacerbada. Sendo assim, o objetivo do trabalho foi caracterizar a qualidade do sono de estudantes de medicina do primeiro ao quarto ano da Universidade do Estado do Pará (UEPA) - campus Santarém. A pesquisa foi baseada em estudo de natureza quantitativa, transversal, descritiva e analítica. O local de aplicação foi a própria Universidade do Estado do Pará – campus Santarém. Foram coletados dados referentes à idade, ao gênero e ao ciclo semestral dos alunos, além de serem aplicados os questionários Índice de Qualidade de sono de Pittsburg (IQSP), Escala de Sonolência de Epworth (ESE) e Questionários de Qualidade de Vida SF-36. A amostra foi de 112 alunos, sendo 72 do ciclo básico e 40 do ciclo clínico. A coleta de dados foi realizada entre os dias 16 a 21 de novembro de 2018. Os resultados demonstraram uma taxa de adesão de 68,2% dos alunos à pesquisa, com prevalência do gênero masculino (56,2%). Houve, também, uma maior porcentagem dos acadêmicos que possuíam idade menor que 22 anos (50,9%), assim como os que compunham o ciclo básico (64,2%). Observou-se que cerca de 65% da amostra apresenta má qualidade do sono e 47% apresenta SDE. Foram verificadas associações estatísticas entre qualidade do sono e semestres do ciclo básico ($p=0.0210$); entre o domínio aspectos físicos do questionário SF-36 dos estudantes do ciclo básico e qualidade do sono ($p=0.0428$); e entre qualidade de sono e sonolência diurna excessiva ($p=0.0490$). Conclui-se que ser aluno do ciclo básico aumenta em até 2,8 vezes a chance de se ter uma má qualidade de sono, assim como aumenta as chances, quando alterado negativamente o domínio aspectos físicos do questionário SF-36, em até 3,5 vezes de se ter uma má qualidade de sono. Além de que alunos que possuem uma má qualidade de sono possuem cerca de 2,4 vezes mais chance de terem SDE.

Palavras-chave: Sono; Qualidade de Vida; Estudantes de medicina.