

# Qualidade dos padrões do sono em pacientes internados em contexto médico-cirúrgico

2º Congresso Internacional de Saúde IPLeiria, 9 e 10 de Maio de 2014

Ana Certo<sup>1</sup>, Ana Galvão<sup>2</sup>, Maria José Gomes<sup>3</sup>



## Introdução

O sono é uma função biológica fundamental na consolidação da memória, na visão binocular, na termorregulação, na conservação e restauração da energia e do metabolismo energético cerebral, (Reimão 1996). Por vezes, o sono no contexto hospitalar torna-se um obstáculo, isto é, a existência de conjunto de fatores intrínsecos e extrínsecos, pode comprometer seriamente a sua qualidade. Além disso, por vezes o sono do paciente internado não suscita preocupações no profissional de saúde, a não ser que esteja visivelmente ausente ou que seja de má qualidade, revertendo em queixas verbalizadas pelo utente internado. Portanto, é de maior relevância abordar esta temática no sentido de minimizar alguns dos fatores negativos em relação a este contexto.

## Resultados

|   |   |
|---|---|
| Costa, S. V. & Ceolim, M. (2011)                                    | Os fatores responsáveis pelo distúrbios dos padrões de sono em maior proporção, referidos por parte dos pacientes, foram: a iluminação excessiva (34,2%), a prestação de cuidados pela equipa de enfermagem (33,3%) e os distúrbios orgânicos como dor e fadiga (26,5%).  |
| Silva, L. E. L. & Oliveira, M. L. C. & Inaba, W. K. (2011)          | A maioria dos pacientes apresenta o sono fragmentado com interferências de fatores ambientais, emocionais, patológicos e das intervenções da equipa de enfermagem. Os resultados indicam que (59,6%) considerou dormir melhor em ambiente doméstico, embora em ambos os ambientes este não seja reparador.  |
| Barichello, E.; Sawada, N. O.; Sonobe, H. M.; Zago, M. M. F. (2009) | Os resultados revelaram que os distúrbios dos padrões de sono entre pacientes oncológicos devem-se: em (92%) à necessidade de ir ao wc durante a noite, (69,3%) por episódios de dor e (46,2%) pela sensação de calor.<br>Além disso, concluem que há diferenças na qualidade do sono entre grupos de pacientes oncológicos. O que leva a considerar que o local da doença e os tratamentos específicos podem levar a resultados divergentes. |
| Zaros, M. C.; Ceolim, M. F. (2008)                                  | Os resultados revelam que o fator emocional, a ansiedade é quem lidera os distúrbios dos padrões de sono, na fase pré-operatória da cirurgia ginecológica eletiva. Na fase pós-operatória a qualidade do sono sofre discretas alterações e transitórias, devido ao retorno da mulher à rotina do seu quotidiano, sendo o seu internamento de 24 horas.  |

## Objetivo

Identificar quais os fatores responsáveis pelas alterações dos padrões de sono em pacientes internados.

## Metodologia

Trata-se de uma reflexão sobre a condução de metassíntese qualitativa, que aborda características da revisão sistemática da literatura.

A questão de partida para a investigação, foi delimitada através da método PICO (P: paciente; I: intervenção; C: comparação; O: resultados).

Formulou-se a seguinte questão para este estudo: **quais os fatores responsáveis pelas alterações dos padrões de sono em pacientes internados?**

## Conclusão

Os resultados encontrados através da revisão sistemática da literatura, evidenciam que o sono dos pacientes internados encontra-se frequentemente fragmentado, de difícil indução e até privação. Os principais fatores responsáveis pelas alterações dos padrões de sono são: emocionais (preocupação por estar no hospital, preocupação com a doença, preocupação com a família, tempo de internamento), ambientais (partilhar quarto com outros pacientes, luzes, ruídos da equipa de enfermagem) e os patológicos (tipo de patologia, a localização da patologia, dor, cansaço e mal-estar). Podemos assim, concluir que a **Tríade (emocional, ambiental e patológica)** é o pilar que está presente no dia-a-dia do paciente internado e que o pode impossibilitar de ter um sono reparador.

## Referências

- Barichello E.; Sawada N.O.; Sonobe H.M.; Zago M.M.F.(2009): Qualidade do sono em pacientes submetidos à cirurgia oncológica. *Rev Latino-am Enfermagem*, v.17, n.4.  
Costa S.V.; Ceolim M.F.(2011): Fatores que interferem na qualidade do sono de pacientes internados. *Rev Esc Enferm USP*, v.47, n.1, pp.46-52.  
Reimão, R. (1996) Sono: Estudo abrangente. São Paulo: Atheneu.  
Silva L.E.L.; Oliveira M.L.C.; Inaba W.K. (2011): Fatores que interferem na qualidade do sono de pacientes internados. *Rev. Eletr. Enfermagem*, v.13, n3, pp.521-8.  
Zaros M.C.; Ceolim M.F. (2008) Ciclo vigília/Sono de mulheres submetidas a cirurgia ginecológica eletiva com um dia de hospitalização. *Rev Latino-am Enfermagem*, v.16, n.5

1- Enfermeira, Instituto Politécnico de Bragança.  
2- Psicóloga Clínica Ph. D., Instituto Politécnico de Bragança, Departamento De Ciências Sociais e de Gerontologia, NIII - Núcleo de Investigação e Intervenção no Idoso.  
3- Enfermeira Ph. D., Instituto Politécnico de Bragança, Departamento de Ciências em Enfermagem, NIII - Núcleo de Investigação e Intervenção no Idoso.