

## SONOLÊNCIA DIURNA EXCESSIVA EM PROFISSIONAIS E ESTUDANTES DE ENFERMAGEM

SILVA, C.C.<sup>1</sup>; CRUZ, C.D.K.<sup>2</sup>; WÜRZIUS, A.<sup>3</sup>; HECHT, L.<sup>3</sup>; CONTE, T. A.<sup>3</sup>; RODRIGUES, C. F. A.<sup>4</sup>

<sup>1</sup> Médica residente em neurologia na Santa Casa de Misericórdia de Porto Alegre - Porto Alegre, RS.

<sup>2</sup> Médico residente em Ginecologia e Obstetrícia no Hospital Regional do Oeste - Chapecó, SC.

<sup>3</sup> Acadêmica do curso de Medicina da Universidade do Oeste de Santa Catarina - Joaçaba, SC.

<sup>4</sup> Médico neurocirurgião. Mestre pela Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul (PUCRS). Docente da Universidade Estadual do Oeste do Paraná- UNIOESTE - Campus Francisco Beltrão, PR.

**Introdução:** O ciclo sono-vigília é um ciclo circadiano que apresenta um padrão de sincronidade. A irregularidade do ciclo sono-vigília pode ser exacerbada pelo modo contemporâneo de vida, por exemplo, a interação social excessiva, o ambiente urbano, o uso de internet, a oportunidade para assistir televisão e o tempo destinado para o estudo. **Objetivo:** Avaliar a prevalência dos distúrbios do ciclo sono-vigília em profissionais e estudantes de enfermagem. **Metodologia:** Foi um estudo de campo, observacional analítico de corte transversal no qual foram pesquisados 60 enfermeiros que trabalhavam em turnos matutino, vespertino e noturno e 60 estudantes de enfermagem. Todos foram escolhidos aleatoriamente. A coleta de dados foi feita mediante a aplicação da *Epworth Sleepiness Scale* por estudantes de Medicina previamente treinados. A análise estatística foi realizada com o programa *Statistical Package for Social Sciences* versão 17.0. **Resultados:** A *Epworth Sleepiness Scale* indicou que 36,7% da classe de enfermeiros têm uma prevalência de sonolência diurna excessiva, enquanto 41,7% dos acadêmicos de enfermagem apresentam sonolência diurna excessiva. De acordo com dados da literatura, há uma prevalência de 30,09% de sonolência diurna excessiva em profissionais de enfermagem e 0,3 a 13,3% desse distúrbio do sono na população em geral. **Conclusões:** A sonolência excessiva, conforme verificado neste trabalho, é mais prevalente nos profissionais e estudantes de enfermagem do que na população em geral, e pode ser observada desde os primeiros anos da graduação, quando o futuro profissional inicia as suas atividades nos campos de estágio. O enfermeiro é um profissional da área da saúde que possui atividades de trabalho que exigem concentração, coordenação de atividades, memória, boa relação interpessoal entre outras capacidades que podem ser prejudicadas quando o profissional é submetido à privação de sono.

**Palavras-chave:** Enfermeiros. Sonolência. Distúrbios do sono.