



FREQUÊNCIA DE INSÔNIA EM UMA AMOSTRA DE ADULTOS E IDOSOS ATENDIDOS EM AMBULATÓRIO UNIVERSITÁRIO

Vinícius Estanislau Albergaria¹
Evelyn Pacini²
Ivana Loraine Lindemann³
Regina Inês Kunz⁴
Gustavo Olszanski Acrani⁵

Resumo: O sono adequado carece de tempo razoável de acordo com a faixa etária do ser humano. Nesse sentido, a sua qualidade, perpassando os estágios do sono de forma correta e satisfatório é importante para gerar descanso e renovação do organismo. A insônia é o distúrbio do sono mais prevalente entre a população adulta e idosa, a qual tem relação de causa e consequência com demais comorbidades, além de ter impacto negativo no desempenho dos indivíduos. O presente estudo tem como objetivo descrever a frequência de insônia em indivíduos adultos e idosos atendidos em ambulatório. Trata-se de um estudo transversal realizado no Ambulatório da Universidade Federal da Fronteira Sul. Os dados foram coletados no mês de maio de 2019, por acadêmicos do Curso de Medicina, previamente treinados, por meio da aplicação de questionário à adultos e idosos que aguardavam atendimento médico no serviço. O questionário abordou dados sociodemográficos e condições de saúde. Indivíduos com insônia foram detectados através de quatro questões, de acordo com critérios estabelecidos pelo DSM-IV da Associação Americana de Psiquiatria. Após dupla digitação e validação, foi realizada estatística descritiva e a diferença da distribuição das frequências das variáveis independentes em relação ao desfecho foi feita através do teste de qui-quadrado, adotando um intervalo de confiança de 95%. O protocolo do estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da UFFS – Parecer nº 3.219.633. A amostra foi constituída de 60 pacientes, predominantemente do sexo feminino (63,3%), na faixa etária entre 20 a 59 anos (67,8%) e idosos em uma porcentagem de 32,2%. A cor da pele foi em sua maioria

¹Discente do curso de Medicina da Universidade Federal da Fronteira Sul, Campus Passo Fundo, contato: vinicius.estan@gmail.com

²Discente do curso de Medicina da Universidade Federal da Fronteira Sul, Campus Passo Fundo, contato: evelyn.pacini@hotmail.com

³Doutora, docente na Universidade Federal da Fronteira Sul, campus Passo Fundo, contato: ivana.lindemann@uffs.edu.br

⁴Doutora, docente na Universidade Federal da Fronteira Sul, campus Passo Fundo, contato: regina.kunz@uffs.edu.br

⁵Doutor, docente na Universidade Federal da Fronteira Sul, campus Passo Fundo, contato: gustavo.acrani@uffs.edu.br



autodeclarados brancos (75%). Verificou-se maior porcentagem de escolaridade do 5º ao 8º ano (33,3%) e de pessoas que não exercem atividade remunerada (56,7%). Indivíduos com situação conjugal com companheiro representaram 73,3% da amostra, 82,1% negaram tabagismo e 69% negaram consumo de bebida alcoólica. O hábito de praticar atividade física foi relatado em 52,5% dos entrevistados. A frequência de insônia foi de 16,7% e uma porcentagem de 19,6% dos entrevistados tomavam medicamento para dormir. Independente de manifestar sinais claros de insônia, a amostra estudada afirma relatar problemas relacionados ao sono. Do total de indivíduos entrevistados, 44.07% respondeu ter dificuldades em iniciar o sono, 52.54% apresentou problemas de acordar de madrugada e voltar a dormir. A dificuldade em ter uma noite de sono maior ou igual a 6 horas foi verificada em 55.93% dos participantes, enquanto 45.76% afirmaram ter cansaço diurno por não dormir adequadamente. Foi identificada uma relação estatisticamente significativa da insônia com o consumo de bebida alcoólica ($p=0,02$), estar em tratamento psicológico ($p=0,007$) e obesidade ($p=0,04$). Em suma, a insônia pode aparecer em diferentes períodos da noite de forma que esse estudo atentou uma prevalência maior na dificuldade de manter o sono entre os entrevistados. Ademais, menos da metade das pessoas que sofrem com insônia informaram não ter cansaço diurno. Confirmou-se que fatores como consumo de bebida alcoólica, estar em tratamento psicológico e obesidade têm relação de causa ou consequência com a insônia.

Palavras-chave: Insônia. Sono. Epidemiologia. Distúrbios do Início e da Manutenção do Sono. Atenção Secundária à Saúde.

Categoria: Pesquisa



Anais do SEPE – Seminário de Ensino, Pesquisa e Extensão
Vol. IX (2019) – ISSN 2317-7489



Área do Conhecimento: Ciências Biológicas

Formato: Comunicação Oral