

BANCA DE DEFESA: SULLYVAN ÍTALO DAHER CHAVES

HORÁRIO: 15:00h

LOCAL: *Meeting*

TÍTULO: **QUALIDADE DO SONO, SONOLÊNCIA DIURNA EXCESSIVA, SINTOMAS DE TRANSTORNOS DE HUMOR E NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA EM PROFISSIONAIS DA ÁREA DE SAÚDE NA LINHA DE FRENTE NO COMBATE À COVID-19**

Palavras-chaves: Sono; Transtornos de Humor; Atividade Física.

Palavras: 677

RESUMO

Introdução: Recentemente, um novo surto de doença infecciosa, de caráter pandêmico, denominada COVID-19 fez com que a demanda dos profissionais de saúde aumentasse ainda mais. Neste contexto, medidas de isolamento e distanciamento social foram tomadas para conter o avanço da pandemia, contribuindo para uma possível redução do nível de atividade física. Além disso, as condições de estresse nesse período foram exponencialmente aumentadas, levando ao desenvolvimento de transtornos de humor e distúrbios do sono. **Objetivo:** Verificar associações entre a qualidade do sono, a sonolência diurna excessiva, os sintomas de transtornos de humor e o nível de atividade física em profissionais de saúde da linha de frente COVID-19. **Métodos:** Trata-se de uma pesquisa de corte transversal, realizada através da aplicação de questionários validados para avaliar qualidade do sono (Índice de qualidade do sono de Pittsburgh-PSQI), sonolência diurna excessiva (Escala de sonolência de Epworth-ESE), sintomas de ansiedade (Inventário de ansiedade de Beck-IAB) e depressão (Inventário de depressão de Beck-IDB) e nível de atividade física (Questionário internacional de atividade física-IPAQ). Os questionários foram aplicados através de formulário online, divulgados através de mídias sociais. Foram recrutados profissionais de saúde (médicos, fisioterapeutas, enfermeiros e técnicos/auxiliares de enfermagem) que atuavam em unidades hospitalares na assistência a pacientes com COVID-19. Os dados foram analisados no software *Statistical Package for the Social Sciences (SPSS)* versão 20.0, utilizando-se técnicas de estatística descritiva e inferencial. Para análise estatística dos resultados foi atribuído um nível de significância de 95% ($p < 0,05$). **Resultados:** 96 indivíduos completaram o estudo. Foram observadas uma alta prevalência de má qualidade do sono (86,5%) e sonolência diurna excessiva (42,7%). 42,8% e 51% da amostra apresentaram algum sintoma de ansiedade e depressão, respectivamente. Quanto ao nível de atividade física, a maior parte dos sujeitos foi classificada como altamente ativo (45,8%). Foram observadas correlações moderadas entre transtornos de humor e qualidade do sono (ansiedade: $r = 0,587$; $p < 0,001$) (depressão: $r = 0,588$; $p < 0,001$), bem como correlações fracas entre transtornos de humor e sonolência diurna excessiva (ansiedade: $r = 0,220$; $p < 0,05$) (depressão: $r = 0,217$; $p < 0,05$). Não foram observadas correlações entre o nível de atividade física e os parâmetros do sono (PSQI: $r = 0,180$; $p > 0,05$) (ESE: $r = 0,030$; $p > 0,05$). A análise de regressão linear múltipla resultou em um modelo significativo para qualidade do sono [$F(2, 93) = 28,985$; $p < 0,001$; $R^2 = 0,384$], no qual a ansiedade ($\beta = 0,355$; $t = 2,883$; $p = 0,005$) e a depressão ($\beta = 0,307$; $t = 2,494$; $p = 0,014$) foram fatores preditores da qualidade do sono. Não houve associação entre sonolência diurna excessiva e os sintomas de transtorno de humor [$F(2, 93) = 2,121$; $p = 0,126$; $R^2 = 0,044$]. **Conclusões:** De acordo com os resultados, a qualidade do sono e a sonolência diurna excessiva foram correlacionados positivamente com os transtornos de humor. Entretanto, apenas a qualidade do sono apresentou associação com os sintomas de transtorno de humor, e os sintomas de ansiedade e

depressão foram fatores preditores da qualidade do sono. O nível de atividade física não foi correlacionado com nenhum dos parâmetros do sono.

MEMBROS DA BANCA:

Interno ao Programa: Gisela Rocha de Siqueira (UFPE)

Externo ao Programa: Amilton da Cruz Santos (UFPB)

Externo ao Programa: Rafael Miranda Tassitano (UFRPE)

Orientadora: Anna Myrna Jaguaribe de Lima