

Impacto da rotina de trabalho na qualidade do sono dos profissionais do serviço de atendimento móvel de urgência

Pedro Fechine Honorato

Centro Universitário Santa Maria (UNIFSM) – PB

Dhiego Alves de Lacerda

Centro Universitário Santa Maria (UNIFSM) – PB

Anaylle Vieira Lacerda de Oliveira

Centro Universitário Santa Maria (UNIFSM) – PB

Milena Beatriz Benício Neves

Centro Universitário de João Pessoa (UNIPÊ) – PB

Gabriel Barcellos Andrade Camargo

Faculdade de Ciências Médicas de São José dos Campos (Humanitas) – SP

Anna Lívia de Lucena Lopes

Centro Universitário Santa Maria (UNIFSM) – PB

Maria Eduarda Borges e Cunha

Universidade de Uberaba (UNIUBE) – MG

Pâmella Simões Barel

Complexo do Hospital de Clínicas da Universidade Federal do Paraná (EBSERH) – PR

Monária Milena de Oliveira Marques

Afya Faculdade de Ciências Médicas – AM

Jennyfer Trajano Dias

Universidade Paulista Campus Swift (Unip) – SP

Professor Orientador: Dr. Caio Visalli Lucena da Cunha

Centro Universitário Santa Maria (UNIFSM) – PB

RESUMO

Os profissionais do SAMU enfrentam estresse elevado e privação de sono devido a turnos noturnos e intensas emergências, o que afeta sua saúde física e mental, incluindo aumento da ansiedade e dificuldade de concentração (Azambuja et al., 2023; Andrechuk et al., 2023). A má qualidade do sono, exacerbada pela pandemia de COVID-19, tem impactos negativos significativos na qualidade de vida e desempenho desses profissionais (Laurentino et al., 2022; Dal Pai et al., 2021). Intervenções como práticas integrativas e programas de educação sobre saúde do sono são essenciais para melhorar essas condições (Silva Santos et al., 2021; Silva et al., 2022).

Palavras-chave: Sono, Privação de sono, Serviços Médicos de Emergência.



1 INTRODUÇÃO

Os serviços de saúde em situações críticas, como o Atendimento Móvel de Urgência (SAMU), são altamente estressantes. Os profissionais enfrentam desafios constantes ao lidar com pacientes em risco iminente de morte ou sofrimento intenso (Laurentino *et al.*, 2022; Dal Pai *et al.*, 2021). Condições de trabalho precárias, como escassez de recursos e sobrecarga, aumentam o estresse e a suscetibilidade ao adoecimento. A privação de sono é uma preocupação crescente, afetando a saúde física e mental, com consequências como ansiedade, dificuldade de concentração e hipertensão (Azambuja *et al.*, 2023; Andrechuk *et al.*, 2023).

Esse estudo busca investigar os fatores que influenciam a qualidade do sono dos profissionais do SAMU, explorando os efeitos dos turnos de trabalho, intensidade das emergências e impactos da pandemia de COVID-19, além de propor estratégias para melhorar o bem-estar e desempenho desses profissionais.

2 MATERIAIS E MÉTODOS

Para alcançar este objetivo, foi realizada uma revisão bibliográfica detalhada em diversas bases de dados renomadas, incluindo SciELO, PubMed, Google Scholar e Biblioteca Virtual em Saúde. Os descritores utilizados abrangeram termos em português, inglês e espanhol relacionados ao tema, como "Sono", "Privação de Sono" e "Serviços Médicos de Emergência".

A seleção de artigos considerou estudos dos últimos 4 anos, revisões sistemáticas e meta-análises relevantes para o entendimento das complicações associadas à rotina de trabalho na qualidade do sono dos profissionais do SAMU. Após uma análise criteriosa, foram selecionados 8 artigos que mais contribuíram para os objetivos específicos desta investigação.

3 RESULTADOS

Os estudos indicam que muitos profissionais do SAMU têm escores elevados no Índice de Qualidade do Sono de Pittsburgh (PSQI), indicando má qualidade do sono (Miranda, Passos., 2022). Fatores como turnos noturnos e a intensidade das emergências contribuem para padrões de sono irregulares, com mais da metade dos profissionais relatando sono insatisfatório, o que se tornou uma questão de saúde pública (Laurentino *et al.*, 2022; Andrechuk *et al.*, 2023). Enfermeiros em turnos noturnos apresentam alterações no sono e repercussões negativas, como depressão e irritabilidade, sendo as profissionais do sexo feminino mais propensas a distúrbios do sono devido a fatores hormonais e responsabilidades domésticas (Azambuja *et al.*, 2023).

Durante a pandemia de COVID-19, esses problemas se agravaram, com enfermeiros apresentando maior fadiga física e mental (Dal Pai *et al.*, 2021). A fadiga afeta negativamente o desempenho no trabalho, a qualidade de vida e a segurança dos profissionais e pacientes (Sehn, Cordenuzzi., 2022). Quanto pior a



qualidade do sono, menor a qualidade de vida devido à falta de descanso e altos níveis de fadiga (Toledo Oliveira, Toledo Oliveira, Silva., 2021). A rotina de trabalho em urgências leva a distúrbios do sono e aumento da sonolência diurna. Práticas integrativas e complementares, como a Terapia Cognitiva Comportamental online, mostraram-se eficazes para melhorar a qualidade do sono, permitindo a participação independente do horário e local de trabalho (Silva Santos *et al.*, 2021; Silva *et al.*, 2022; Lavratti *et al.*, 2023).

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A má qualidade do sono é uma realidade preocupante entre os profissionais do SAMU, influenciada por turnos irregulares e condições de trabalho estressantes. Intervenções como práticas integrativas e programas de educação sobre saúde do sono são essenciais para melhorar a qualidade de vida e o desempenho desses profissionais. Estudos adicionais são necessários para explorar melhor a relação entre o ambiente de trabalho e a qualidade do sono, bem como desenvolver estratégias eficazes para mitigar os impactos negativos identificados.



REFERÊNCIAS

ANDRECHUK, Carla Renata Silva et al. O impacto da pandemia de COVID-19 nas alterações do sono de profissionais de enfermagem. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, v. 31, p. e3795, 2023.

AZAMBUJA, Vivian dos Anjos et al. Avaliação da qualidade do sono em profissionais de saúde da emergência. *Acta Paulista de Enfermagem*, v. 37, p. eAPE01001, 2023.

DAL PAI, Daiane et al. Repercussões da pandemia pela COVID-19 no serviço pré-hospitalar de urgência e a saúde do trabalhador. *Escola Anna Nery*, v. 25, n. spe, p. e20210014, 2021.

LAURENTINO, Ana Klara Oliveira et al. Qualidade de vida dos profissionais do serviço de atendimento móvel de urgência. *Research, Society and Development*, v. 11, n. 4, p. e32011427400-e32011427400, 2022.

LAVRATTI, Andressa Ferreira et al. Qualidade de vida e de sono dos profissionais atuantes no SAMU de Dourados/MS. *Brazilian Journal of Health Review*, v. 6, n. 5, p. 22732-22744, 2023.

MIRANDA, Ingridy Priscila Veloso; PASSOS, Marco Aurélio Ninomia. Sono: fator de risco para a qualidade de vida do profissional de saúde. *Revista JRG de Estudos Acadêmicos*, v. 3, n. 7, p. 336-346, 2020.

SEHN, Adriane Cristina; CORDENUZZI, Onélia da Costa Pedro. Fatores desencadeantes de estresse ocupacional nos profissionais de saúde do serviço de atendimento móvel de urgência (SAMU): uma revisão integrativa. *Revista de Saúde Dom Alberto*, v. 9, n. 2, p. 213-241, 2022.

SILVA SANTOS, Jueline et al. A qualidade de sono de fisioterapeutas de um hospital público durante a pandemia de Covid-19. *Revista Pesquisa em Fisioterapia*, v. 11, n. 3, p. 510-517, 2021.

SILVA, Beatriz Milene Feitosa et al. Análise dos fatores estressores relacionados à Síndrome de Burnout em enfermeiros de um setor de urgência e emergência. *Brazilian Journal of Development*, v. 8, n. 1, p. 8190-8210, 2022.

TOLEDO OLIVEIRA, Larissa; DE TOLEDO OLIVEIRA, Lauren; DA SILVA, Elaine Reda. Sofrimento psíquico na equipe de enfermagem do serviço de atendimento móvel de urgência. *Revista Recien-Revista Científica de Enfermagem*, v. 11, n. 36, p. 309-319, 2021.