

INSÔNIA ENTRE TRABALHADORES DE ENFERMAGEM DA ATENÇÃO TERCIÁRIA À SAÚDE NA PANDEMIA DE COVID-19

BETINA DANIELE FLESCH¹; ANA LAURA SICA CRUZEIRO SZORTYKA ²; MAITÊ
PERES DE CARVALHO³; LAURA GOULARTE⁴; FELIPE MENDES DELPINO⁵;
ANACLAUDIA GASTAL FASSA⁶

¹ Universidade Federal de Pelotas, Programa de Pós Graduação em Epidemiologia –
betinaflesch@gmail.com

² Universidade Federal de Pelotas, Faculdade de Medicina, Curso de Psicologia –
alcruzeiro@gmail.com

³ Universidade Federal de Pelotas, Faculdade de Medicina, Curso de Terapia Ocupacional –
maite_carvalho@yahoo.com.br

⁴ Universidade Federal de Pelotas, Programa de Pós Graduação em Epidemiologia –
lauragoularte99@gmail.com

⁵ Universidade Federal de Pelotas, Programa de Pós-graduação em Enfermagem –
fmdsocial@outlook.com

⁶ Universidade Federal de Pelotas, Programa de Pós Graduação em Epidemiologia –
anaclaudia.fassa@gmail.com

1. INTRODUÇÃO

Os distúrbios do sono são caracterizados pela insatisfação quanto à qualidade ou quantidade de sono, como: dificuldade para iniciar o sono; dificuldade para manter o sono; despertar matinal precoce; acompanhado de incômodo significativo e ou prejuízos sociais (DSM-V). A insônia pode tanto estar relacionada a problemas de saúde mental, como depressão e ansiedade, quanto ser sintoma de problemas físicos como apneia do sono, síndrome de pernas inquietas, distúrbios neurológicos entre outros (ICSD-3).

Os trabalhadores de saúde, especialmente os trabalhadores de hospitais, estão entre os mais afetados por distúrbios do sono, que têm como efeitos negativos a diminuição da qualidade de vida, da cognição e produtividade no trabalho e consequentemente a piora na qualidade da atenção à saúde prestada (Nazari et al., 2022). Para o enfrentamento da pandemia foram necessárias mudanças no processo de trabalho que pioraram as condições de trabalho na atenção terciária à saúde, aumentando o desgaste, o estresse ocupacional e consequentemente desencadeando ou agravando problemas como o da insônia.

O presente trabalho tem como objetivo descrever as prevalências de insônia, sua severidade e as características sociodemográficas e ocupacionais em trabalhadores de enfermagem na atenção terciária à saúde durante a pandemia de COVID-19.

2. METODOLOGIA

Realizou-se um estudo transversal com os 1731 trabalhadores, de um Hospital Escola (HE) do Sistema Único de Saúde (SUS), de referência para o tratamento da COVID-19, no período de outubro a novembro de 2020, após o pico inicial da pandemia. O presente trabalho trata de aspectos relativos aos profissionais de enfermagem, que atuaram de forma presencial, durante o período da pandemia de COVID-19.

O questionário do estudo foi aplicado de forma digital, em tablets no local de trabalho, ou online. Os trabalhadores foram convidados a participar do estudo através do e-mail institucional, cartazes, divulgação no site do hospital e em mídias sociais. Além disso, foi solicitado apoio das chefias do hospital para

identificar e liberar trabalhadores para participar da pesquisa. Ao final do trabalho de campo, houve tentativa de recuperar não respondentes por contato telefônico.

O desfecho foi caracterizado pela versão adaptada à língua portuguesa do questionário “Insomnia Severity Index” (BASTIEN; VALLIÈRES; MORIN, 2001; CASTRO, 2011), composto por sete itens, baseados nos critérios de insônia preconizados pelo DSM-IV e Classificação Internacional dos Distúrbios de Sono (CIDS-2). Cada item é classificado em escalas Likert de 0 a 4 e a soma dos itens é categorizada em ausência de insônia significativa (0-7), limite inferior para insônia (8-14), insônia clínica moderada (15-21) e insônia clínica grave (22-28).

O estresse ocupacional e o apoio social foram aferidos pela versão adaptada para português e validada no Brasil da Job Stress Scale (JSS) (ALVES et al., 2004). Foi realizada a análise descritiva do desfecho e das características sociodemográficas e ocupacionais da amostra pelo programa STATA 15.1.

O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa (CEP) da Faculdade de Medicina da Universidade Federal de Pelotas pelo parecer N° 4.040.039 em 21 de maio de 2020. Todos os participantes foram esclarecidos sobre o tema da pesquisa e aqueles que aceitaram participar da pesquisa assinaram digitalmente um termo de consentimento livre e esclarecido.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram entrevistados 455 profissionais de enfermagem, sendo 136 enfermeiros e 319 auxiliares ou técnicos de enfermagem. Entre os enfermeiros 48,5% tinham entre 30-39 anos, 77,2% se declararam como brancos, 87,2% eram do sexo feminino; 84% possuíam pós-graduação e a maioria deles pertencia ao nível econômico B, seguidos pelo nível econômico A (mais alto) com 21,2%. Cerca de 70% dos enfermeiros trabalharam na enfermagem covid, e cerca de 80% trabalham na UTI covid; 16,2% dos enfermeiros estiveram em trabalho remoto. A maioria dos enfermeiros (55,9%) possuíam um trabalho ativo (alta demanda e alto controle) e 17,6% possuíam um trabalho de alta exigência (alta demanda e baixo controle), 50,7% possuíam alto apoio social.

Entre os técnicos e auxiliares de enfermagem 44,1% tinham entre 40-49 anos, 70% se declararam como brancos, 83,7 % eram do sexo feminino, 45,8% deles possuíam ensino superior (completo ou incompleto) e 60,3% pertenciam ao nível econômico B, seguidos por 33,3% que pertenciam ao nível econômico C-D ou E (mais baixo). Cerca de 80% dos técnicos e auxiliares trabalharam na enfermagem covid e na UTI covid, 8,8% deles estiveram em trabalho remoto. Entre os técnicos e auxiliares de enfermagem, 34,3% possuíam um trabalho ativo (alta demanda e alto controle) e 22,6% possuíam um trabalho de alta exigência (alta demanda e baixo controle), 64,8% possuíam alto apoio social.

A prevalência de insônia foi de 43% para enfermeiros, sendo 9,6% moderada e 2,2% grave, já os auxiliares apresentaram 36% de insônia sendo 7,6% insônia moderada e 0,3% grave, o que é consistente com o encontrado na literatura em profissionais durante a pandemia (Wang et al.,2020; Zhang et al.,2020). A maior parte dos estudos foram realizados em situações de emergência sanitária mais grave do que a enfrentada no Hospital Escola estudado.

As altas prevalências de insônia encontradas entre os profissionais de saúde na pandemia, sobretudo nos profissionais de enfermagem, que estão em contato direto com o paciente, estão relacionadas à sobrecarga, falta de profissionais e afastamentos, falta de insumos, risco biológico, exposição a

situações de dilema moral e sofrimento psíquico, que podem tanto agravar distúrbios de sono pré-existentes como causar novos problemas como a insônia (Lai et al.,2020;.Zhang et al., 2020; He et al., 2021).

Tabela 1 - Descrição da amostra segundo características sociodemográficas, ocupacionais e prevalência de insônia dos enfermeiros, técnicos e auxiliares de enfermagem da atenção terciária à saúde durante a epidemia de COVID-19. Pelotas (RS), Brasil,2022 (N=455).

ASPECTOS SOCIODEMOGRÁFICOS DOS ENFERMEIROS		
Variáveis	Enfermeiros	Técnicos e auxiliares
Idade		
19-29	9 (6,8)	14 (4,5)
30-39	64 (48,5)	91 (29,3)
40-49	39 (29,6)	137 (44,1)
≥50	20 (15,2)	69 (22,2)
Cor da pele ou raça		
Branca	105 (77,2)	224 (70,4)
Preta	11 (8,1)	45 (14,2)
Parda	143 (12,3)	47 (14,8)
Amarela	0	2 (0,6)
Sexo		
Masculino	17 (12,8)	51 (16,3)
Feminino	116 (87,2)	262 (83,7)
Escolaridade		
Analfabeto / Curso Técnico	0	117 (37,5)
Ensino superior completo/incompleto	21 (15,8)	143 (45,8)
Pós-graduação completa	112 (84,2)	52 (16,8)
Nível Socioeconômico		
A	28 (21,2)	20 (6,4)
B	93 (69,9)	188 (60,3)
C-D-E	12 (9,0)	104 (33,3)
ASPECTOS OCUPACIONAIS		
Variáveis	Enfermeiros	Técnicos e auxiliares
Trabalha no setor COVID:		
Enfermaria COVID		
Não	94 (69,1)	255 (80,2)
Sim	42 (30,9)	63 (19,8)
UTI COVID		
Não	113 (83,1)	251 (78,9)
Sim	23 (16,9)	67 (21,1)
Esteve em trabalho remoto		
Não	114 (83,8)	290 (91,2)
Sim	22 (16,2)	28 (8,8)
JSS – Modelo demanda controle		
Trabalho de Baixa Exigência	26 (19,1)	70 (22,0)
Trabalho Passivo	10 (7,4)	67 (21,1)
Trabalho Ativo	76 (55,9)	109 (34,3)
Trabalho de Alta Exigência	24 (17,6)	72 (22,6)
Apoio social		
Alto	67 (49,3)	112 (35,2)
Baixo	69 (50,7)	206 (64,8)
PREVALÊNCIA DE INSÔNIA (N=451)	Enfermeiros	Técnicos e auxiliares
Ausência de insônia	56,6 (IC 48,1 - 64,8)	63,8 (IC 58,3 - 67,0)
Limite inferior da Insônia (Leve)	31,6 (IC 24,3 - 39,9)	28,3 (IC 23,4 - 33,5)
Insônia Moderada	9,6 (IC 5,6 - 15,8)	7,6 (IC 5,2 - 11,1)
Insônia Grave	2,2 (IC 0,7 - 6,7)	0,32 (0,04 - 2,2)

4. CONCLUSÕES

O conhecimento sobre a saúde do sono dos trabalhadores durante a pandemia, serve para direcionar medidas de saúde coletivas como a adequação de espaços para intervalo e descanso dos plantonistas, criar estratégias de revezamento de profissionais, além de ampliar o número de profissionais evitando a sobrecarga.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALVES, M. G. M et al. Versão resumida da “job stress scale” adaptação para o português. **Rev. Saúde Pública**, v. 38, n. 2, p. 164-71, 2004.

American Academy of Sleep Medicine. **International classification of sleep disorders - ICSD**, 3rd ed. Darien, IL: American Academy of Sleep Medicine, 2014.

American Psychiatric Association. **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais - DSM**. 5th ed. Porto Alegre: Artmed; 2014.

BASTIEN, Célyne H.; VALLIÈRES, Annie; MORIN, Charles M. Validation of the Insomnia Severity Index as an outcome measure for insomnia research. **Sleep medicine**, v. 2, n. 4, p. 297-307, 2001.

CASTRO, Laura de Siqueira. Adaptação e validação do índice de gravidade de insônia (IGI): caracterização populacional, valores normativos e aspectos associados. 2011.

HE, Qian et al. Mental health conditions among the general population, healthcare workers and quarantined population during the coronavirus disease 2019 (COVID-19) pandemic. **Psychology, health & medicine**, v. 27, n. 1, p. 186-198, 2022.

KARASEK, Robert et al. The Job Content Questionnaire (JCQ): an instrument for internationally comparative assessments of psychosocial job characteristics. **Journal of occupational health psychology**, v. 3, n. 4, p. 322, 1998.

LAI, Jianbo et al. Factors associated with mental health outcomes among health care workers exposed to coronavirus disease 2019. **JAMA network open**, v. 3, n. 3, p. e203976-e203976, 2020.

NAZARI, Nabi et al. Factors associated with insomnia among frontline nurses during COVID-19: a cross-sectional survey study. **BMC psychiatry**, v. 22, n. 1, p. 1-9, 2022.

WANG, S. et al. Sleep disturbances among medical workers during the outbreak of COVID-2019. **Occupational Medicine**, v. 70, n. 5, p. 364-369, 2020.

ZHANG, Chenxi et al. Survey of insomnia and related social psychological factors among medical staff involved in the 2019 novel coronavirus disease outbreak. **Frontiers in psychiatry**, v. 11, p. 306, 2020.