

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

**BETINA DANIELE FLESCH<sup>1</sup>; ANA LAURA SICA CRUZEIRO SZORTYKA<sup>2</sup>; MAITÉ PERES DE CARVALHO<sup>3</sup>; LAURA GOULARTE<sup>4</sup>; FELIPE MENDES DELPINO<sup>5</sup>; ANACLAUDIA GASTAL FASSA<sup>6</sup>**

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

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

<sup>3</sup> Universidade Federal de Pelotas, Faculdade de Medicina, Curso de Terapia Ocupacional – maite\_carvalho@yahoo.com.br

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

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

<sup>6</sup> 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 Nº 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 enfermaria 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 enfermaria 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).

<b>ASPECTOS SOCIODEMOGRÁFICOS DOS ENFERMEIROS</b>		
<b>Variáveis</b>	<b>Enfermeiros</b>	<b>Técnicos e auxiliares</b>
<b>Idade</b>		
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)
<b>Cor da pele ou raça</b>		
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)
<b>Sexo</b>		
Masculino	17 (12,8)	51 (16,3)
Feminino	116 (87,2)	262 (83,7)
<b>Escolaridade</b>		
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)
<b>Nível Socioeconômico</b>		
A	28 (21,2)	20 (6,4)
B	93 (69,9)	188 (60,3)
C-D-E	12 (9,0)	104 (33,3)
<b>ASPECTOS OCUPACIONAIS</b>		
<b>Variáveis</b>	<b>Enfermeiros</b>	<b>Técnicos e auxiliares</b>
<b>Trabalha no setor COVID:</b>		
<b>Enfermaria COVID</b>		
Não	94 (69,1)	255 (80,2)
Sim	42 (30,9)	63 (19,8)
<b>UTI COVID</b>		
Não	113 (83,1)	251 (78,9)
Sim	23 (16,9)	67 (21,1)
<b>Esteve em trabalho remoto</b>		
Não	114 (83,8)	290 (91,2)
Sim	22 (16,2)	28 (8,8)
<b>JSS – Modelo demanda controle</b>		
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)
<b>Apoio social</b>		
Alto	67 (49,3)	112 (35,2)
Baixo	69 (50,7)	206 (64,8)
<b>PREVALÊNCIA DE INSÔNIA (N=451)</b>	<b>Enfermeiros</b>	<b>Técnicos e auxiliares</b>
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.