

A QUALIDADE DO SONO DOS ALUNOS DE PRIMEIROS SEMETRES DO CURSO DE MEDICINA DA UNIVERSIDADE FEDERAL DO CEARÁ.

XXVIII Encontro de Iniciação à Docência

Bruno Nunes Ferraz de Abreu, Conceicao Aparecida Dornelas

Muitos dos estudantes que ingressam na faculdade de medicina entram em um curso longo logo após a saída da adolescência. A demanda continua a que são submetidos influenciam na qualidade de vida e desregulam o ciclo sono-vigília. Uma maneira de analisar essa qualidade é através da mensuração da sonolência diária. OBJETIVO: Analisar a qualidade do sono através da sonolência diária de estudantes do 1º ao 4º ano do curso medicina da Universidade Federal do Ceará. Aplicou-se um questionário sobre sonolência diurna (Escala de Epworth) para os alunos através da plataforma "Google Forms", os dados foram analisados utilizando a plataforma Excel 2013. O questionário foi divulgado através dos grupos de redes sociais de cada turma. Foram obtidas 90 respostas de estudantes do 1º ao 8º semestres. Desses, 50% eram do sexo feminino e 50% eram masculinos. A média da idade dos alunos foi de 21,2 anos. Dos resultados obtidos, a média da escala de Epworth foi de 9,72 pontos. Considerando o corte para uma sonolência diária saudável de 10 pontos, 45% participantes apresentaram um escore maior que o corte da normalidade. Dos que passaram do marco de 10 pontos, a média foi de 13,2 pontos. O escore médio entre os homens foi de 9,3 pontos, 44% pontuando mais que 10 pontos. Esse número representa uma taxa superior à encontrada na população em geral que é de 11,6 a 36%. Entre as mulheres, a média de pontos foi de 10,11 pontos, 46% das mulheres atingindo mais que 10 pontos. Ao questionarmos sobre sonolência enquanto estava parado no trânsito, 85,7% dos participantes alegaram nenhuma chance de cochilar. Quando, porém, questionados sobre a chance de cochilar lendo um livro, 15,4% alegaram nenhuma chance de cochilar. Os estudantes de medicina apresentam uma sonolência diária exagerada em relação a população em geral. Isso demonstra que a qualidade do sono dos estudantes é inferior a população em geral e isso pode interferir na qualidade de vida dos estudantes.

Palavras-chave: Medicina. Educação Médica. Sono. Sonolência diurna.