

CDS - CÂMARA DE CIÊNCIAS DA SAÚDE ( PÔSTER )

NOME: LUISA TEIXEIRA PASQUALOTTO

TÍTULO: PRESENÇA E SEVERIDADE DE INSONIA EM INDIVÍDUOS ASSISTIDOS EM UNIDADES BÁSICAS DE SAÚDE DE DIVINÓPOLIS/MG – RESULTADOS PRELIMINARES

AUTORES: NEWTON SANTOS DE FARIA JÚNIOR, LUISA TEIXEIRA PASQUALOTTO, LUÍSA TEIXEIRA PASQUALOTTO, WALQUÍRIA DA MATA SANTOS, CÍNTIA APARECIDA SANTOS, SARAH CRISTINA VIEIRA, JACQUELINE ALVES, MARCOS EUGENIO MATTOS ROCHA FARIA, MARCO TÚLIO TAVARES SEIXAS, LAYRA FERNANDA MARTINS, MARCELLA OLIVEIRA RODRIGUES, NEWTON SANTOS DE FARIA JÚNIOR

AGÊNCIA FINANCIADORA (se houver): FAPEMIG

PALAVRA CHAVE: SONO; INSÔNIA; DISTÚRBIOS DO SONO

## RESUMO

A experiência de um sono insatisfatório ou insuficiente tem reflexos no desempenho, comportamento e bem-estar do indivíduo, refletindo nas suas atividades de vida diária. A insônia se caracteriza por dificuldade em iniciar o sono ou por acordar durante a noite e apresentar dificuldade para retornar ao sono. Os distúrbios do sono são considerados um problema de saúde pública. A insônia, um dos distúrbios mais comuns, acarreta uma série de alterações, sejam elas físicas ou psicológicas. O objetivo deste trabalho foi verificar a presença e severidade de insônia em indivíduos assistidos nas Unidades Básicas de Saúde (UBS's) de Divinópolis.

Um estudo observacional transversal foi realizado com amostra consecutiva e de conveniência de 251 indivíduos, pelos alunos do curso de Fisioterapia da Universidade do Estado de Minas Gerais (UEMG) – Unidade Divinópolis recrutados a partir de UBS's do município de Divinópolis-MG. O mesmo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da UEMG, sob número de protocolo 1.475.521/2016. Todos estes indivíduos foram avaliados quanto à presença de insônia, abordados de acordo com o Índice de Severidade de Insônia.

A média de idade foi de  $53,5 \pm 16$  anos e de índice de massa corporal  $25,8 \pm 5,5$  kg/m<sup>2</sup>. Do total, 75,3% dos indivíduos eram do sexo feminino. A presença de insônia foi observada em 79,3% dos indivíduos, sendo que 40,7% apresentam grau leve, 36,2% grau moderado e 23,1% grau grave. Cerca de 74,5% dos pacientes com insônia fazem uso regular de café e 34,2% utilizam medicamentos para dormir.

Verificou-se a presença de insônia em boa parte dos indivíduos, inclusive com presença de insônia severa. Resultados de estudos auxiliam no planejamento e implementação de políticas públicas e programas destinados a controlar os distúrbios do sono.