COINTER PDVS 2021

III CONGRESSO INTERNACIONAL DAS CIÊNCIAS DA SAÚDE
Edição 100% virtual | 01 a 03 de dezembro

DISTÚRBIO DO SONO DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19 EM PROFISSIONAIS DE SAÚDE: REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA

SLEEPING DISORDERS DURING THE COVID-19 PANDEMY IN HEALTHCARE PROFESSIONALS: INTEGRATIVE LITERATURE REVIEW

TRASTORNOS DEL SUEÑO DURANTE LA PANDEMIA DEL COVID-19 EN PROFESIONALES DE LA SALUD: REVISIÓN INTEGRATIVA DE LA LITERATURA

Apresentação: Comunicação Oral

Eduardo Ramos da Silva¹; Danielle Pereira de Lima²; Girlayne Fragoso Alves da Silva³ Juliana Mendes Correia⁴;
Viviany Andrea Meireles Alves⁵

DOI: <https://doi.org/10.31692/2526-7701.IIICOINTERPDVS.0069>

RESUMO

Neste cenário de calamidade, os impactos gerados pela COVID-19 ainda são imensuráveis, e podem afetar diversos profissionais, entre eles os da área de saúde, que estão lidando com o cuidado dos pacientes com o vírus, passando por um processo intenso no enfrentamento da pandemia com longa jornada de trabalho, medo de infecção e de transmissão do vírus a parentes, amigos e colegas de trabalho. Neste sentido, os profissionais de saúde têm apresentado sentimentos adversos, como estresse, ansiedade, depressão, medo e insônia em decorrência da demanda do sistema de saúde e escassez de pessoal e EPIs. Dessa forma, o objetivo deste trabalho consistiu em investigar os distúrbios do sono entre os profissionais de saúde, durante a pandemia da COVID-19. Trata-se de uma revisão integrativa da literatura realizada nas seguintes bases de dados: Medline, SciELO e LILACS. A seleção dos estudos foi realizada através do programa Rayyan por meio da leitura do título, resumo, para aplicação dos critérios de inclusão e exclusão. A busca realizada encontrou 2.868 artigos através dos descritores e entry terms e/ou palavras-chave. A partir dos critérios desta revisão foram selecionados 14 artigos. Os estudos incluídos apresentaram maior número de publicações no ano de 2020, o gênero feminino obteve maior prevalência entre os estudos, assim como as amostras foram compostas predominantemente por médicos e enfermeiros. Encontrou Índice de Qualidade do Sono (PSQI) elevado entre os profissionais de saúde na qualidade do sono e maior prevalência de distúrbio do sono, sendo relacionado com o cargo, local de atuação e sintomas de insônia, estresse psicológico e

¹ Fonoaudiologia, Centro Universitário São Miguel (UNISAOMIGUEL), eduardo.amos.fono@gmail.com

² Fonoaudiologia, Centro Universitário São Miguel (UNISAOMIGUEL), fgadanielle@gmail.com

³ Fonoaudiologia, Universidade Católica de Pernambuco (UNICAP), girlayne.fragoso@gmail.com

⁴ Doutora, Centro Universitário São Miguel (UNISAOMIGUEL), IIDV-PDVS, mendescorre@yahoo.com.br

⁵ Doutora em Nutrição, Centro Universitário São Miguel (UNISAOMIGUEL) e Universidade Federal de Pernambuco (UFPE), vivianymeireles00@gmail.com

DISTÚRBIO DO SONO DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19

ansiedade. Conclui-se, que os profissionais de saúde durante a pandemia da COVID-19 apresentam alta prevalência de distúrbio do sono. Diante desse cenário, percebe-se a necessidade que as autoridades governamentais e gestão em saúde adotem medidas para minimizar os impactos na saúde dos trabalhadores promovendo melhor qualidade de vida.

Palavras-Chave: Distúrbio do sono, COVID-19, Pandemia, Profissionais de Saúde, Sono.

RESUMEN

In this scenario of calamity, the impacts generated by COVID-19 are still immeasurable, and can affect several professionals, including those in the health area, who are dealing with the care of patients with the virus, going through an intense process in dealing with the pandemic with long work hours, fear of infection and transmission of the virus to relatives, friends and co-workers. In this sense, health professionals have shown adverse feelings, such as stress, anxiety, depression, fear and insomnia, as a result of the demand from the health system and shortage of personnel and PPE. Thus, the aim of this study was to investigate sleep disorders among health professionals during the COVID-19 pandemic. This is an integrative literature review carried out in the following databases: Medline, SciELO and LILACS. The selection of studies was performed using the Rayyan program by reading the title, abstract, to apply the inclusion and exclusion criteria. The search performed found 2,868 articles using descriptors and entry terms and/or keywords. Based on the criteria of this review, 14 articles were selected. The included studies had a greater number of publications in 2020, the female gender had a higher prevalence among the studies, as well as the samples were predominantly composed of physicians and nurses. He found a high Sleep Quality Index (PSQI) among health professionals in terms of sleep quality and a higher prevalence of sleep disorders, being related to the position, place of work and symptoms of insomnia, psychological stress and anxiety. It is concluded that health professionals during the COVID-19 pandemic have a high prevalence of sleep disorders. In this scenario, there is a clear need for government authorities and health management to adopt measures to minimize the impacts on workers' health, promoting a better quality of life.

Palabras Clave: Sleep Disorder, COVID-19, Pandemic, Health Care Professionals, Sleep.

ABSTRACT

En este escenario de calamidad, los impactos que genera el COVID-19 aún son incommensurables y pueden afectar a varios profesionales, incluidos los del área de la salud, que están lidiando con la atención de pacientes con el virus, pasando por un proceso intenso en el enfrentamiento de la pandemia con largas jornadas laborales, miedo a contagiarse y transmisión del virus a familiares, amigos y compañeros de trabajo. En este sentido, los profesionales de la salud han mostrado sentimientos adversos, como estrés, ansiedad, depresión, miedo e insomnio como consecuencia de la demanda del sistema de salud y la escasez de personal y EPP. Por lo tanto, el objetivo de este estudio fue investigar los trastornos del sueño entre los profesionales de la salud durante la pandemia de COVID-19. Se trata de una revisión integradora de la literatura realizada en las siguientes bases de datos: Medline, SciELO y LILACS. La selección de estudios se realizó mediante el programa Rayyan mediante la lectura del título, resumen, para aplicar los criterios de inclusión y exclusión. La búsqueda realizada encontró 2.868 artículos utilizando descriptores y términos de entrada y / o palabras clave. Con base en los criterios de esta revisión, se seleccionaron 14 artículos. Los estudios incluidos tuvieron un mayor número de publicaciones en 2020, el género femenino tuvo una mayor prevalencia entre los estudios y las muestras estuvieron compuestas predominantemente por médicos y enfermeras. Encontró un Índice de Calidad del Sueño (PSQI) alto entre los profesionales de la salud en cuanto a la calidad del sueño y una mayor prevalencia de trastornos del sueño, estando relacionado con el puesto, lugar de trabajo y síntomas de insomnio, estrés psicológico y ansiedad. Se concluye que los profesionales de la salud durante la pandemia de COVID-19 tienen una alta prevalencia de trastornos del sueño. En este escenario, existe una clara necesidad de que las autoridades gubernamentales y la gestión sanitaria adopten medidas para minimizar los impactos en la salud de los trabajadores, promoviendo una mejor calidad de vida.

Keywords: Trastorno del sueño, COVID-19, pandemia, profesionales de la salud, sueño.

INTRODUÇÃO

O novo coronavírus, denominado de COVID-19 causada pelo vírus da síndrome respiratória aguda grave 2 (SARS-CoV-2), se constitui em um problema mundial de saúde pública, caracterizado em uma pandemia. Os primeiros casos da doença surgiram na cidade de Wuhan, na China, em dezembro de 2019. Entretanto, apesar do vírus possuir alto índice de contágio e disseminação, segundo os dados atuais da COVID-19 no Mundo, já foram registrados 227 milhões de casos, enquanto 4,07 milhões ocasionaram em mortes (CARVALHO et al., 2020; TEMPO, 2021).

Com a necessidade de conter a transmissão do vírus diversas medidas, como o isolamento social, a quarentena, o distanciamento social e as medidas de contenção comunitárias, além de incentivo à higienização das mãos e uso de máscara facial foram utilizadas para minimizar o ritmo e a expansão da doença, assim como a superlotação no sistema de saúde (CARVALHO et al., 2020). Diante desse contexto, a sociedade foi obrigada e se (re) adaptar em também pouco tempo as mudanças ocasionadas pela COVID-19 evidenciando diversos impactos no contexto social, psicológico, científico, econômico, político e na saúde pública (SILVA, DOS SANTOS, SOARES, 2020).

Nesse cenário de pandemia, vale salientar que enquanto a população permaneceu em casa para conter a disseminação do vírus os profissionais de saúde foram extremamente necessários, uma vez que houve uma superlotação nos hospitais, número insuficiente de profissionais e escassez de equipamento de proteção individual (EPI). Logo, esses fatores têm repercutido na saúde geral dos profissionais que estão na linha de frente no combate ao COVID-19 levando a sentimentos adversos, como estresse, ansiedade, depressão, medo e insônia (ISHIKURA et al., 2021).

O sono é uma condição fisiológica em que fatores, como hormonais, sociais e ambientais podem influenciar na qualidade do sono e desencadear distúrbio do sono afetando negativamente as funções física, emocional, cognitiva e social. Com a jornada de trabalho aumentada durante a pandemia, os profissionais de saúde estão intrinsecamente mais propensos a desenvolver problemas psicológicos e distúrbio do sono, resultante da privação do sono (KORKMAZ et al., 2020; ISHIKURA et al., 2021). Considerando o atual panorama que os profissionais de saúde vivenciam diariamente o presente estudo visa revisar na

DISTÚRPIO DO SONO DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19

literatura estudos que investigaram os distúrbios do sono entre os profissionais de saúde, durante a pandemia da COVID-19. Espera-se que esse levantamento da literatura possa contribuir para subsidiar programas de acompanhamento multiprofissional a esses profissionais, a fim de proporcionar melhor qualidade de vida.

FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

A síndrome respiratória aguda grave (SARVS-CoV) faz parte da família do Coronaviridae que embora anteriormente estabilizadas no ano de 2003 estudos apontam que já existiam uma capacidade do vírus entrar em processo de mutação genética. Estudos anteriores demonstraram que os profissionais de saúde durante a epidemia da SARVS-CoV em 2003, apresentaram alterações nas condições de trabalho, corroborando com os dados da pandemia da COVID-19 em que os profissionais estão trabalhando entre 10 ou mais horas diariamente (CARVALHO et al., 2020; YAMEI et al., 2003).

Em decorrência da demanda nas unidades de tratamentos dos pacientes com COVID-19 os profissionais de saúde estão passando por um processo intenso no enfrentamento da pandemia, como no medo de infecção e de transmissão do vírus a parentes, amigos e colegas de trabalho. Logo, estudos têm evidenciado reações psicológicas negativas se correlacionando com o aumento nos níveis de ansiedade (SIMONETTI et al., 2021; SHREFFLER et al., 2020). Esses fatores estão intrinsecamente relacionados com a má qualidade do sono desses profissionais que estão com jornada de trabalho exaustiva, níveis de estresse, insônia e ansiedade maiores, decorrente da demanda do sistema de saúde e escassez de pessoal e EPIs (ISHIKURA et al., 2021).

Neste cenário de calamidade os impactos gerados pela COVID-19 no mundo, vêm ocorrendo de forma progressiva, provocando o surgimento de diversos problemas na saúde dos profissionais de linha de frente, como: Transtorno Mentais Comuns (TMC), esgotamento médico e estresse, promovendo a surgimento no risco de desenvolver a Síndrome de Burnout (SB). Ademais, os profissionais de saúde estão mais vulneráveis a apresentarem Sofrimento Emocional (SE), trazendo diversos impactos nas relações profissionais, questões econômicas e sociais das instituições de saúde (PEREIRA et al., 2020). O estudo de Tu et al. 2020, destaca que os profissionais de saúde que sentiram a falta da família foi um dos fatores que influenciou na qualidade do sono. Logo, pode-se presumir que as questões econômicas e sociais podem influenciar na qualidade do sono, gerando sintomas de insônia e até distúrbio do sono.

METODOLOGIA

Este estudo é uma revisão integrativa seguindo as seis fases do processo de execução: elaboração da pergunta norteadora, estratégia busca, coleta de dados, análise crítica dos estudos incluídos, interpretação e discussão dos resultados e apresentação da revisão integrativa (SOUZA, SILVA, CARVALHO et al. 2010).

As bases de dados utilizadas foram: Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE, via PUBMED), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS, via Biblioteca Virtual em Saúde), Scientific Eletronic Library Online (SciELO). Utilizou-se vocabulário controlado cadastrados no dicionário Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e Medical Subject Heading Terms (MeSH), em seguida selecionou os descritores adaptados para cada base de dados, conforme mostra o Quadro 1. Houve a utilização dos operadores booleanos “AND” entre os descritores e “OR” entre os entry terms e palavras-chave selecionadas. A busca foi realizada no mês de Junho de 2021.

Quadro 1: Estratégia de busca e estudos encontrados por bases de dados

Bases de dados	Descritores	Encontrados
PUBMED	“physicians” OR “Health Personnel” OR “coronavirus Infections” OR “Betacoronavirus” AND “Sleep Deprivation” OR “Sleep Wake Disorders”	2790
BVS	“physicians” OR “Health Personnel” OR “coronavirus Infections” OR “Betacoronavirus” AND “Sleep Deprivation” OR “Sleep Wake Disorders”	52
SCIELO	((“physicians” OR “Health Personnel” OR “coronavirus Infections” OR “Betacoronavirus”)) AND (AND (“Sleep Deprivation” OR “Sleep Wake Disorders”))	26

Fonte: Própria (2021)

Critérios de inclusão: artigos que descrevessem o impacto da pandemia no sono dos profissionais de saúde. O período de publicações foi delimitado a partir do ano que iniciou o surto da covid-19 ao atual momento da realização desta revisão (2019 a 2021), não houve restrição quanto ao idioma.

Critérios de exclusão: corresponderam a artigos indisponíveis para leitura completa na íntegra, relatos/série de casos, teses, dissertações, resumos científicos, estudos em andamento, meta-análise, revisões de literatura e sistemática.

A seleção dos estudos consistiu inicialmente na identificação dos estudos duplicados, com isso, utilizou-se o programa Rayyan, desenvolvido pelo Qatar Computing Research

DISTÚRBO DO SONO DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19

Institute (QCRI), como uma ferramenta que permite a realização da triagem dos artigos de forma mais rápida e eficaz (OUZZANI et al. 2016). A leitura, dos títulos e resumos, foi realizada no mesmo programa. Após a exclusão dos duplicados e aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, os artigos elegíveis foram selecionados para uma leitura completa e análise do conteúdo.

Para apresentação dos dados de busca e seleção foi elaborado um fluxograma (Figura 1) apresentando todas as etapas, conforme as recomendações do Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA) (MOHER et al. 2009). Na leitura da

íntegra, foram extraídos dados para caracterização dos estudos como: autor (es), ano de publicação, título, objetivo, amostra e principais desfechos dos estudos.

FIGURA 1: Fluxograma PRISMA com descrição das etapas do processo de seleção dos estudos nas bases de dados.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A busca realizada encontrou 2.868 artigos através dos descritores e entry terms e/ou palavras-chave. Desse total, 2.790 foram encontrados na PubMed, 52 corresponderam a LILACS e 26 na SciELO. De acordo com os critérios de elegibilidade utilizados foram selecionados 14 artigos compondo esta revisão, conforme a Figura 1, enquanto o Quadro 2 contém a caracterização dos estudos incluídos.

Quadro 2: Caracterização dos artigos incluídos				
Autor/ Ano	Título	Objetivo	Amostra	Resultados
Korkmaz et al. 2020	The anxiety levels, quality of sleep and life and problem-solving skills in healthcare workers employed in COVID-19 services	Investigar o nível de ansiedade experimentado por profissionais de saúde empregados em serviços COVID-19, os efeitos da ansiedade na qualidade do sono e na qualidade de vida e o nível de relação entre essas variáveis e as habilidades de resolução de problemas dos profissionais de saúde.	140 Médicos, Enfermeiros e Assistente de saúde.	Profissionais que trabalham em ambulatório de pandemia mais departamento de pandemia obtiveram níveis de ansiedade e os escores de distúrbios do sono mais altos. Os enfermeiros apresentaram mais propensão a distúrbios do sono, além de menor qualidade de vida quando comparado com outros profissionais.

DISTÚRPIO DO SONO DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19

Alshekaili et al. 2020	Factors associated with mental health outcomes across healthcare settings in Oman during COVID-19: frontline versus non-frontline healthcare workers	Avaliar e comparar fatores demográficos e psicológicos e o estado de sono de profissionais de saúde de primeira linha (PS) em relação a profissionais de saúde não-linha de frente.	1.139 Médicos, Enfermeiros e áreas de saúde afins.	Profissionais de linha de frente possuem 1,5 vezes mais probabilidade de desenvolver distúrbio do sono quando comparado aos profissionais que não estão na da linha de frente.
Wankowicz et al. 2020	Assessment of Mental Health Factors among Health Professionals Depending on Their Contact with COVID-19 Patients	Avaliar os fatores de saúde mental entre os profissionais de saúde, quantificando a gravidade da ansiedade, depressão e distúrbios do sono durante a atual pandemia de SARS-CoV-2, levando em consideração doenças coexistentes.	441 Profissionais de saúde	Trabalhadores de linha de frente correm o risco muito maior de apresentar sintomas de ansiedade, depressão e distúrbios do sono em relação aos trabalhadores que atuam apenas nas enfermarias.
Wang et al. 2020	Sleep disturbances among medical workers during the outbreak of COVID-2019	Avaliar o efeito do surto de COVID-19 na qualidade do sono de profissionais de saúde em um centro de saúde infantil em Wuhan.	123 Médicos e Enfermeiros	O distúrbio do sono esteve presente nos profissionais pediátricos. Além disso, os distúrbios do sono foram independentemente associados a ser filho único, contato com paciente COVID e depressão.
Diomidous et al. 2020	Sleep and Motion Disorders of Physicians and Nurses Working in Hospitals Facing the Pandemic of COVID 19	Investigar a relação entre a atividade física e os distúrbios do sono em profissionais de saúde, particularmente entre médicos e enfermeiros.	204 Médicos e Enfermeiros	O estudo encontrou correlação entre atividade física intensa no trabalho diário e os distúrbios do sono, assim como está negativamente correlacionada com a diminuição da duração do sono dos profissionais.
Alnofaiey et al. 2020	Sleep disturbances	Avaliar a prevalência e os fatores relacionados a	462 Médicos	Os distúrbios do sono foram associados à

	among physicians during COVID-19 pandemic	distúrbios do sono entre médicos sauditas durante a pandemia de COVID-19.		idade, cargo e especialidade. Os anestesistas, especialistas em Laboratório, Patologia, Microbiologia e dentistas apresentaram maior prevalência de distúrbio do sono.
Zhao et al. 2020	Job-related factors associated with changes in sleep quality among healthcare workers screening for 2019 novel coronavirus infection: a longitudinal study	Analisar os fatores relacionados ao trabalho associados a mudanças na qualidade do sono entre profissionais de saúde.	215 Médicos e enfermeiros participaram do estudo.	Os profissionais durante o período de um mês encontraram pontuações significativas em comparação às iniciais para qualidade do sono, latência do sono, uso de medicação, disfunção diurna e a pontuação total do PSQI >5. Além disso, o estresse psicológico foi associado a uma pior qualidade do sono.
Saracoglu et al. 2020	The Psychological Impact of COVID-19 Disease is more Severe on Intensive Care Unit Healthcare Providers: A Cross-sectional Study	Analisar o risco para os profissionais de saúde durante a pandemia de COVID-19 em um hospital universitário.	208 Médicos e enfermeiros (as)	A má qualidade do sono foi encontrada em profissionais que tiveram exposição com pacientes com COVID-19, em enfermeiros, assim como os enfermeiros foi o grupo com maior deterioração na qualidade do sono. Houve maior escore do PSQI em enfermeiros e médicos de UTI e sintomas depressivos moderados a graves.
Krupa et al. 2021	Sleep disorders among nurses and other health care workers in Poland during the COVID-19 pandemic	Determinar a relação entre a ocorrência de distúrbios do sono e variáveis sociodemográficas do pessoal médico durante a epidemia de COVID-19.	336 Enfermeiros, paramédicos, médicos, parteiras e outras categorias.	A insônia foi significativamente maior no gênero feminino em relação ao masculino, a idade maior que 25 anos foram comuns à presença de insônia. Os enfermeiros, paramédicos e médicos obtiveram maior intensidade da insônia.
Qi et al.	The evaluation	Avaliar os distúrbios do	1.306	O estudo demonstrou

DISTÚRBO DO SONO DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19

2020	of sleep disturbances for Chinese frontline medical workers under the outbreak of COVID-19	sono de trabalhadores médicos da linha de frente chineses (FMW) sob o surto da doença coronavírus de 2019 (COVID-19) e fazer uma comparação com os não FMW.	Dividido em dois grupos: 801 (FMW) e 505 (não FMW)	prevalência no PSQI>6 e na AIS em FMW. O sexo feminino apresentou maior prevalência para o distúrbio do sono.
Tu et al. 2020	Sleep quality and mood symptoms in conscripted frontline nurse in Wuhan, China during COVID-19 outbreak	Investigar a prevalência de problemas de sono, depressão e sintomas de ansiedade entre enfermeiras recrutadas na linha de frente na luta contra a doença coronavírus 2019 (COVID-19) em Wuhan.	100 Enfermeiras	As enfermeiras apresentaram alta prevalência de má qualidade do sono. A qualidade do sono e os sintomas de ansiedade foram associados a sintomas de depressão, assim como os sintomas de depressão foram associados à má qualidade do sono.
Simonetti et al. 2021	Anxiety, sleep disorders and self-efficacy among nurses during COVID-19 pandemic: A large cross-sectional study.	Avaliar a prevalência de ansiedade, distúrbios do sono e autoeficácia e seus fatores preditivos entre enfermeiros que enfrentam o COVID - 19.	368 Médicos e enfermeiros	Existe uma correlação na pior qualidade do sono conforme o escore GAD-7 aumentou.
Gupta et al. 2020	Anxiety and Sleep Disturbances Among Health Care Workers During the COVID-19 Pandemic in India: Cross-Sectional Online Survey	Avaliar e medir os efeitos da pandemia COVID-19 sobre os níveis de ansiedade e qualidade do sono entre profissionais de saúde na Índia.	1.200 Enfermeiros	O distúrbio do sono, ansiedade e autoeficácia foram independentemente associados ao gênero feminino.
Stewart et al. 2021	Sleep Disturbances in Frontline Health Care Workers During the COVID-19 Pandemic: Social Media Survey Study	Avaliar o sono entre uma amostra de profissionais de saúde predominantemente nos Estados Unidos durante a pandemia de COVID-19, usando medidas validadas por meio de uma pesquisa distribuída nas redes	963 Médicos e Não Médicos	A má qualidade do sono entre os profissionais de saúde foi alta, com percentual de 95,5%. Encontrou-se uma relação maior de chances de insônia entre os indivíduos que possuem distúrbio do sono.

		sociais.		
Siglas: UTI: Unidade de Terapia Intensiva; PSQI: Índice de Qualidade do Sono de Pittsburgh; FMW: Trabalhadores Médicos da Linha de Frente Chineses; AIS: Escala de Insônia de Atenas; VAS: Escala Visual Analógica (VAS) e GAD-7: Escala de Transtorno de Ansiedade Generalizada de 7 Itens. Fonte: Elaborado pelos autores (2021)				

Os artigos incluídos apresentaram uma predominância no ano de publicação 2020, enquanto no ano de 2021, apenas 3 estudos foram publicados, o que pode ser justificado pelo período de coleta nas bases de dados durante o primeiro semestre do ano em questão. Observou-se, que as pesquisas aconteceram em diferentes meses de coleta, entretanto, chama-se a atenção o fato de alguns estudos terem realizado a pesquisa durante o período de Janeiro à março (ZHAO et al., 2020; QI et al., 2020; TU et al., 2020). Percebe-se que estes estudos ocorreram na China onde surgiram os primeiros casos de pneumonia de causa desconhecida, ou seja, mesmo o vírus ainda não tendo provocado uma pandemia, estudos anteriores já apontava relações de distúrbio do sono durante uma epidemia o que pode presumir o objeto de pesquisa com essa temática.

Os artigos analisados foram realizados através do tipo de pesquisa transversal de carácter observacional. O tamanho das amostras dos estudos variou de 100 a 1.200 profissionais de saúde, sendo composta predominantemente por médicos e enfermeiros. Cabe reiterar que não somente esses profissionais que estão na assistência do cuidado aos pacientes com COVID-19, como por exemplo: os fisioterapeutas, fonoaudiólogos, nutricionistas, psicólogos e outros trabalhadores que estão expostos, logo futuras pesquisas deve-se abranger outros núcleos profissionais. Outro aspecto relevante dos estudos foi a predominância do gênero feminino. Esse achado pode estar ligado à luta e reconhecimento por igualdade, uma vez que a força de trabalho no âmbito dos serviços de saúde não é homogênea (TEIXEIRA et al., 2020).

Quanto aos instrumentos avaliativos de distúrbio do sono utilizados nos estudos, foi encontrados uma predominância do Índice de Qualidade do Sono (PSQI) que objetiva avaliar a qualidade do sono possuindo nível de sensibilidade e especificidade de 89,6% e 86,5%, respectivamente (KORKMAZ et al., 2020; WANG et al., 2020; ALNOFAIEY et al., 2020; ZHAO et al., 2020; SARACOGLU et al., 2020; QI et al., 2020; TU et al., 2020; GUPTA et al., 2020; STEWART et al 2021). Em contrapartida, houve a utilização da Escala de Insônia de Atenas (AIS) e Índice de Gravidade da Insônia (ISI) em alguns estudos (ALSHEKAILI et al., 2020; DIOMIDOUS et al., 2020; STEWART et al., 2021; KRUPA et al., 2021; QI et al., 2020; WANKOWICZ et al., 2020).

DISTÚRPIO DO SONO DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19

A prevalência de distúrbio do sono em profissionais de saúde durante a pandemia da COVID-19 apresentou percentual no PSQI elevado. O estudo de Stewart et al. (2021), identificou prevalência de 95,5% entre os profissionais de saúde, resultados semelhantes foram também encontrados por Qi et al. 2020 e Gupta et al. 2020, correspondendo a 78,4% e 75,72%, respectivamente. Em contraste, outros estudos encontraram dados menores no percentual de má qualidade do sono (WANG et al., 2020; ALNOFAIEY et al., 2020; Saracoglu et al. 2020), entretanto, observou-se que os estudos não possuíam uma padronização com variações no critério de determinação do escore do PSQI. Tendo em vista este elemento a falta de uma uniformização no parâmetro no escore entre os estudos pode influenciar nos resultando conferindo menor precisão entre os resultados encontrados.

Estudos têm apontado forte relação no desenvolvimento de distúrbio do sono em profissionais de linha de frente quando associado aos de não linha de frente (ALSHEKAILI et al., 2020; WANKOWI et al., 2020). Além disso, existe uma relação do distúrbio do sono com o cargo dos profissionais de saúde, assim como aponta os estudos que enfermeiros(a) obtiveram maior propensão na má qualidade do sono (KORKMAZ et al., 2020; SARACOGLU et al., 2020; KRUPA et al., 2021; TU et al., 2020) entretanto, o estudo realizado por Wang et al., 2020 quando comparado os médicos com as enfermeiras obtiveram o médico obteve maior percentual de distúrbio do sono 62% versus 38%. Outros autores também encontraram associação na categoria profissionais de médicos e paramédicos, mas não houve diferença em comparação a outras categorias (KRUPA et al., 2021; ALNOFAIEY et al., 2020).

Stewart et al (2021), evidenciou que o fato do indivíduo ter distúrbio do sono aumenta as chances de insônia. Notou-se, que a insônia tem sido apresentada em alguns estudos evidenciando taxas de grau moderada e severa o que corrobora para o desencadeamento de outras doenças, como depressão e transtornos mentais. O estudo realizado por Krupa et al. (2021), apresentou risco de 36% na escala do índice de gravidade da insônia. O mesmo estudo encontrou os seguintes fatores para a ocorrência de insônia na amostra, sendo o gênero feminino com mais frequência, enfermeiros, profissionais com mais de 25 anos, trabalhadores que atuavam em hospitais e contato com pacientes com COVID-19 ou sabiam sobre ele.

Além disso, Tu et al. (2020), evidenciou que 66% dos enfermeiros relataram sintomas de dificuldade em iniciar o sono (DIS), dificuldade em manter o sono (DMS) ou despertar de manhã cedo (EMA). Desse modo, os enfermeiros apresentam diversos sintomas de insônia,

assim, em decorrência da demanda que essa categoria profissional exerce em cuidados contínuos e mais complexos durante a pandemia, traz consigo adoecimento na saúde do trabalhador e problemas relacionados ao sono (PEREIRA et al., 2020; TU et al., 2020). Adicionalmente, o estudo por Stewart et al (2021), apontou que a insônia estava com maior risco para os que não eram do sexo masculino, eram hispânicos e cuidavam diretamente de pacientes com COVID-19.

O local de trabalho durante a pandemia da covid-19 tem sido associado a um fator para maior disposição em relação aos distúrbios do sono, como constata Korkmaz et al., 2020 que profissionais que trabalham em ambulatório de pandemia mais departamento de pandemia apresentou diferença estatisticamente significativa. Em contrapartida, Saracoglu et al., 2020 também mostrou que enfermeiros e médicos que atuavam em Unidade de Terapia Intensiva (UTI) obtiveram maiores escores do PSWI, caracterizando distúrbio do sono. Ademais, o estudo de Diomidous et al. (2020), encontrou correlação negativa da intensa atividade física relacionada às condições de trabalho ocasionando menor duração nas horas de sono.

A presença de estresse psicológico em profissionais de saúde indicou uma associação com uma piora na qualidade do sono (ZHAO et al., 2020). Além disso, outros estudos indicaram índices moderados a severos de ansiedade e correlação na pior qualidade no sono quando o escore da escala de Transtorno de Ansiedade Generalizada (GAD-7) aumentou, assim como sintomas de depressão (TU et al., 2020; SIMONETTI et al., 2021; GUPTA et al., 2020). Acrescentam-se ainda que, o estresse tem afetado as habilidades de resolução de problemas dos profissionais de saúde durante a COVID-19 (KORKMAZ et al., 2020), assim como, o esgotamento médico está associado com a jornada de trabalho excessiva, estresse, cansaço e poucas horas de sono e/ou sono inadequado (ALNOFAIEY et al., 2020).

O sono se constitui num importante meio de restauração, conservação da energia, consolidação da memória e proteção, principalmente imunológica (KORMAZ et al., 2020). Logo, o esgotamento médico é um determinante para a ocorrência de erros médicos comprometendo a relação médico-paciente, à saúde física, emocional, cognitiva, social e resultando em diminuição da qualidade do sono e da vida (ALSHEKAILI et al., 2020; ALNOFAIEY et al. 2020). Tais achados fomentam a necessidade de prevenção e diminuição da carga horária de trabalho que esses profissionais estão exercendo durante a pandemia.

Além disso, o estudo de Zhao et al. (2020), demonstrou que o número de dias de trabalho e anos de experiência profissional e utilização de Terapia Cognitiva Comportamental

DISTÚRBO DO SONO DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19

(TCC) apresentou fator negativo para a qualidade do sono. Apesar do estudo não ter realizado o monitoramento com os profissionais que realizavam a TCC, mais atenção deve-se ter na prestação de serviços assistenciais de psicoterapia para ajudar na qualidade do sono e minimizar os fatores relacionados à má qualidade do sono.

As principais limitações do levantamento dessa revisão integrativa são relacionadas ao tamanho da amostra, viés de memória por parte dos participantes, tipo de estudo, uma vez que são necessários estudos multicêntricos para determinar o distúrbio do sono de todos os profissionais, e por fim, não foram encontrados estudos nacionais de pesquisadores brasileiros investigando os distúrbios do sono em profissionais de saúde durante a pandemia da COVID-19, evidenciando a necessidade de novas pesquisas em território brasileiro.

CONCLUSÕES

Conclui-se, que os profissionais de saúde durante a pandemia da COVID-19 apresentam alta prevalência de distúrbio do sono, com ênfase entre médicos e enfermeiros, assim como o gênero feminino demonstrou maior prevalência. Verificou-se, que outros fatores estavam relacionados com o surgimento de distúrbio do sono e correlacionado com sintomas de insônia, depressão e ansiedade, se tornando um problema de saúde pública.

Diante desse cenário, percebe-se a necessidade que as autoridades governamentais e gestão em saúde adotem medidas de redução da carga horária, contratação de mais profissionais, programas de acompanhamento psicológico, psicoterapia e/ou psiquiatra utilizando os meios dos teleatendimentos em formato remoto (*online*) que possam garantir o cuidado para esses profissionais promovendo melhor qualidade de vida. Futuras pesquisas são importantes para acompanhamento terapêutico, visto que a negligência pode evoluir para casos mais complexos, podendo contribuir para o aumento drástico de problemas mentais nessa população.

REFERÊNCIAS

ALSHEKAILI, M. et al. Factors associated with mental health outcomes across healthcare settings in Oman during COVID-19: frontline versus non-frontline healthcare workers. **BMJ open**, v. 10, n. 10, p. 042030, 2020.

ALNOFAIEY, Y. H. et al. Sleep disturbances among physicians during COVID-19 pandemic. **BMC research notes**, v. 13, n. 1, p. 1-7, 2020.

CARVALHO, L. S. et al. The impact of social isolation on people's lives during the COVID-19 pandemic period. **Research, Society and Development**, [S. l.], v. 9, n. 7, p. 998975273, 2020.

DIOMIDOUS, M. Sleep and Motion Disorders of Physicians and Nurses Working in Hospitals Facing the Pandemic of COVID 19. *Medical archives (Sarajevo, Bosnia and Herzegovina)* vol. 74, n. 3, p. 210-215, 2020.

GUPTA, B. et al. Anxiety and Sleep Disturbances Among Health Care Workers During the COVID-19 Pandemic in India: Cross-Sectional Online Survey. **JMIR public health and surveillance**, v. 6, n. 4, p. e24206, 2020.

ISHIKURA, I. A. et al. Sleep deficit in COVID-19 health-care workers may increase the infection risk. **Scandinavian Journal of Public Health**, p. 14034948211007679, 2021.

KORKMAZ, S. et al. The anxiety levels, quality of sleep and life and problem-solving skills in healthcare workers employed in COVID-19 services. **Journal of Clinical Neuroscience**, v. 80, p. 131-136, 2020.

KRUPA, S. et al. Sleep disorders among nurses and other health care workers in Poland during the COVID-19 pandemic. **Applied Nursing Research**, v. 59, p. 151412, 2021.

MAUNDER, R. et al. "O impacto psicológico e ocupacional imediato do surto de SARS de 2003 em um hospital universitário." **CMAJ: Canadian Medical Association journal = journal de l'Association medicale canadienne**, vol. 168, n. 10, p. 1245-51, 2003.

MOHER, D. et al. Preferred reporting items for systematic review and meta-analysis protocols (PRISMA-P) 2015 statement. **Systematic reviews**, v. 4, n. 1, p. 1-9, 2015.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS) [homepage da internet]. Painei do Coronavírus da OMS (COVID-19) [Acesso em 18 Setembro de 2021]. **Disponível em: <https://www.who.int/>**

OUZZANI, M. et al. Rayyan—a web and mobile app for systematic reviews. **Systematic reviews**, v. 5, n. 1, p. 1-10, 2016.

PEREIRA, M. D. et al. Sofrimento emocional dos Enfermeiros no contexto hospitalar frente à pandemia de COVID-19. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 8, p. e67985121-e67985121, 2020.

QI, J. et al. A avaliação dos distúrbios do sono para trabalhadores médicos da linha de frente da China sob o surto de COVID-19. **Medicina do Sono**, v. 72, p. 1-4, 2020.

SARACOGLU, K. T. et al. The psychological impact of Covid-19 disease is more severe on Intensive Care Unit healthcare providers: a cross-sectional study. **Clinical Psychopharmacology and Neuroscience**, v. 18, n. 4, p. 607-615, 2020.

SILVA, D. S. C.; SANTOS M.B.; SOARES, M.J.N. Impactos causados pela COVID-19: um estudo preliminar. **Revista Brasileira De Educação Ambiental (RevBEA)**, v. 15, n. 4, p.

DISTÚRBIO DO SONO DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19

128-147, 2020.

SOUZA, M. T.; SILVA, M. D.; CARVALHO, R. Revisão integrativa: o que é e como fazer. **Einstein (São Paulo)**, v. 8, p. 102-106, 2010.

SIMONETTI, V. et al. Ansiedade, distúrbios do sono e autoeficácia entre enfermeiros durante a pandemia de COVID - 19: um grande estudo transversal. **Jornal de enfermagem clínica**, v. 30, n. 9-10, p. 1360-1371, 2021.

STEWART, N. H. et al. Sleep Disturbances in Frontline Health Care Workers During the COVID-19 Pandemic: Social Media Survey Study. **Journal of Medical Internet Research**, v. 23, n. 5, p. 27331, 2021.

TEIXEIRA, C. F. S. et al. A saúde dos profissionais de saúde no enfrentamento da pandemia de Covid-19. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 25, p. 3465-3474, 2020.

TU, Z. H.; HE, J. W.; ZHOU, N. Qualidade do sono e sintomas de humor em enfermeira recrutada na linha de frente em Wuhan, China, durante o surto de COVID-19: um estudo transversal. **Medicine**, v. 99, n. 26, 2020.

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.

WAŃKOWICZ, P.; SZYLIŃSKA, A.; ROTTER, I. Assessment of mental health factors among health professionals depending on their contact with COVID-19 patients. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 17, n. 16, p. 5849, 2020.

YAMEI, B. et al. “Survey of stress reactions among health care workers involved with the SARS outbreak.” **Psychiatric services (Washington, D.C.)** vol. 55, n. 9, p. 1055-7, 2004.

ZHAO, X. et al. Job-related factors associated with changes in sleep quality among healthcare workers screening for 2019 novel coronavirus infection: a longitudinal study. **Sleep medicine**, v. 75, p. 21-26, 2020.