

10ª Mostra Científica

Pesquisa, Pós Graduação e Extensão



QUALIDADE DO SONO E SONOLÊNCIA ENTRE ESTUDANTES INICIANTE DE ODONTOLOGIA DE UMA INSTITUIÇÃO PRIVADA DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19

João Baptista Dallapicula Netto;¹ Caio Pertel Delprete;¹ Gustavo Henrique Casagrande Roza;¹ Natália Almeida Bastos Bitencourt;² Manoelito Ferreira Silva-Junior;³ Sandro Basso Bitencourt⁴

¹Aluno de Graduação do Centro Universitário do Espírito Santo (UNESC); ² Professora Dra. Do curso de Odontologia da Universidade Federal de Juiz de Fora; ³ Professor Dr. do curso de Odontologia da Universidade Estadual de Ponta Grossa; ⁴Professor Dr. do curso de Odontologia do Centro Universitário do Espírito Santo (UNESC).

INTRODUÇÃO

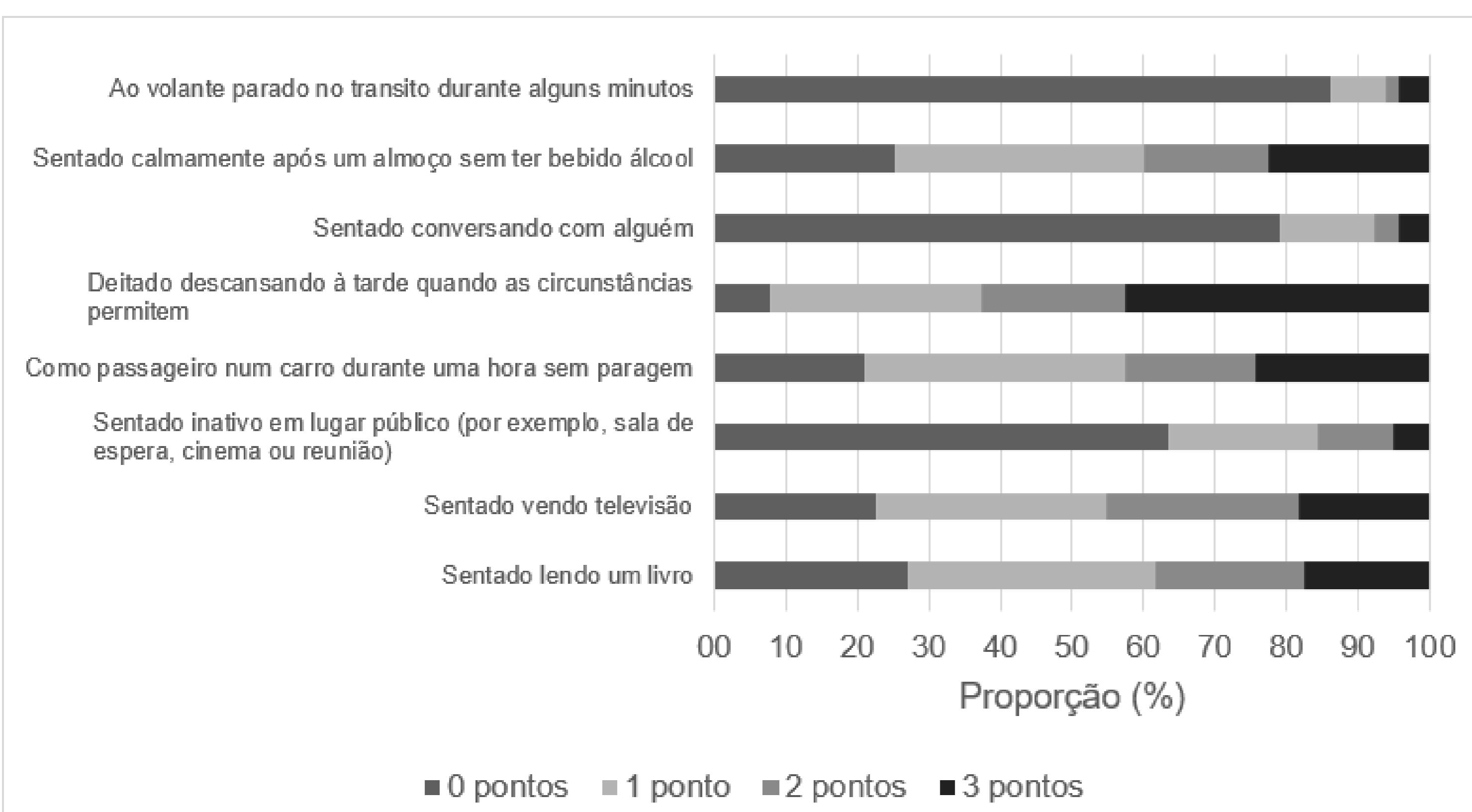
O sono é um fenômeno biológico essencial na consolidação da memória, regulação da temperatura corporal, preservação e restabelecimento da energia, e restauração do metabolismo energético cerebral. Devido a essas funções importantes, o distúrbio do sono pode acarretar alterações significativas no funcionamento físico, cognitivo, ocupacional e social do indivíduo.

OBJETIVOS

O objetivo do estudo foi avaliar a qualidade do sono e a sonolência de estudantes iniciantes de Odontologia de uma instituição privada durante a pandemia de COVID-19.

RESULTADOS

Figura 1. Distribuição da pontuação do índice da qualidade do sono de Pittsburgh dos acadêmicos de Odontologia do Unesc participantes do estudo.



0 pontos: Nenhuma chance de cochilar; 1 ponto: Leve chance de cochilar; 2 pontos: Chance moderada de cochilar; 3 pontos: Alta chance de cochilar.

Tabela 1. Características sociodemográficas dos acadêmicos de Odontologia do Unesc participantes do estudo. Colatina-ES, 2021.

Variável	n	%
Ano da graduação (n=115)		
1º	29	25.2
2º	43	37.4
3º	43	37.4
Sexo (n=115)		
Homem	32	27.8
Mulher	83	72.2
Idade (anos) (n=115)		
17-24	92	80.0
25-32	11	9.6
33-41	12	10.4
Estado civil (n=115)		
Casado	14	12.2
Divorciado	2	1.7
Solteiro	99	86.1
Possui filhos (n=115)		
Não	104	90.4
Sim	11	9.6
Trabalha (n=115)		
Não	53	46.1
Sim	62	53.9

Figura 2. Distribuição da pontuação do índice da qualidade do sono de Pittsburgh dos acadêmicos de Odontologia do Unesc participantes do estudo. Colatina-ES, 2021.

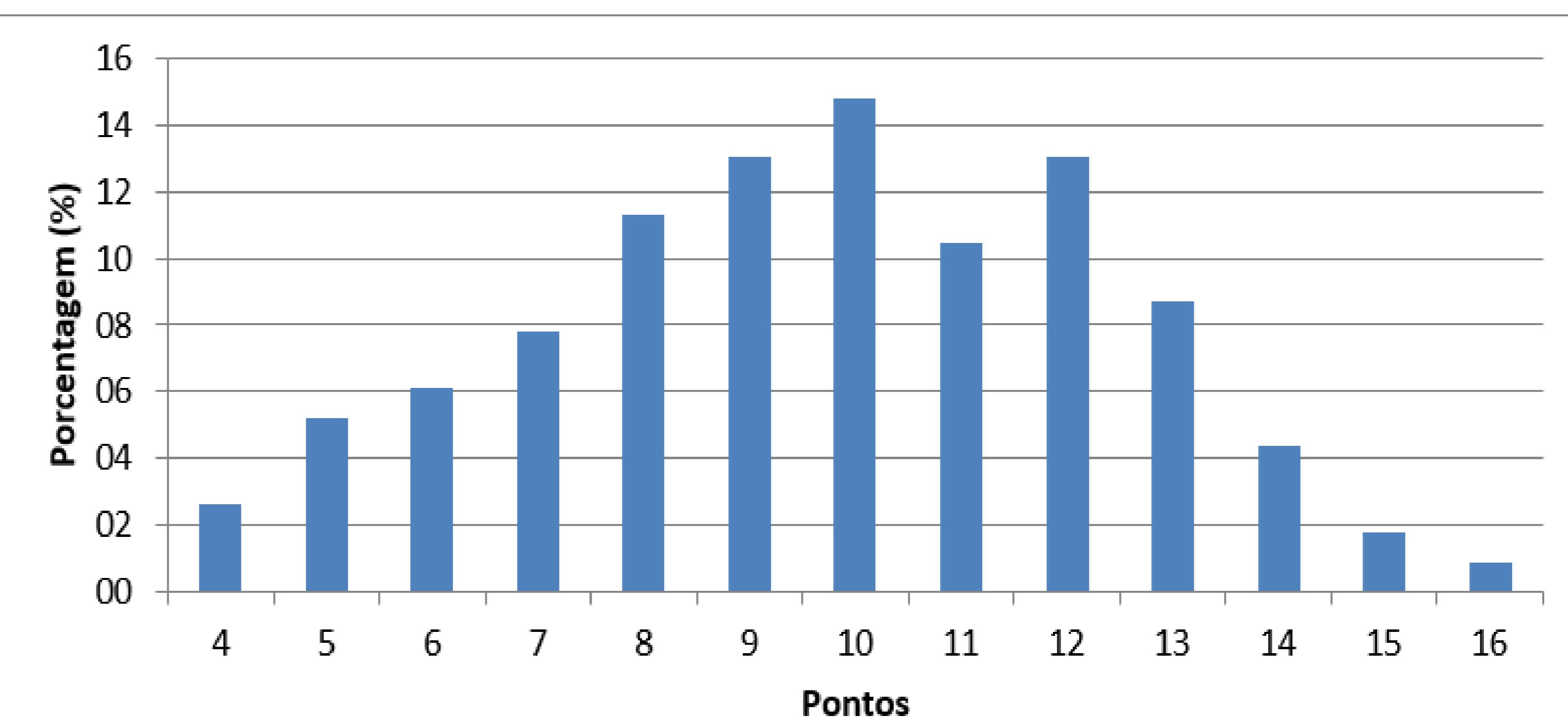
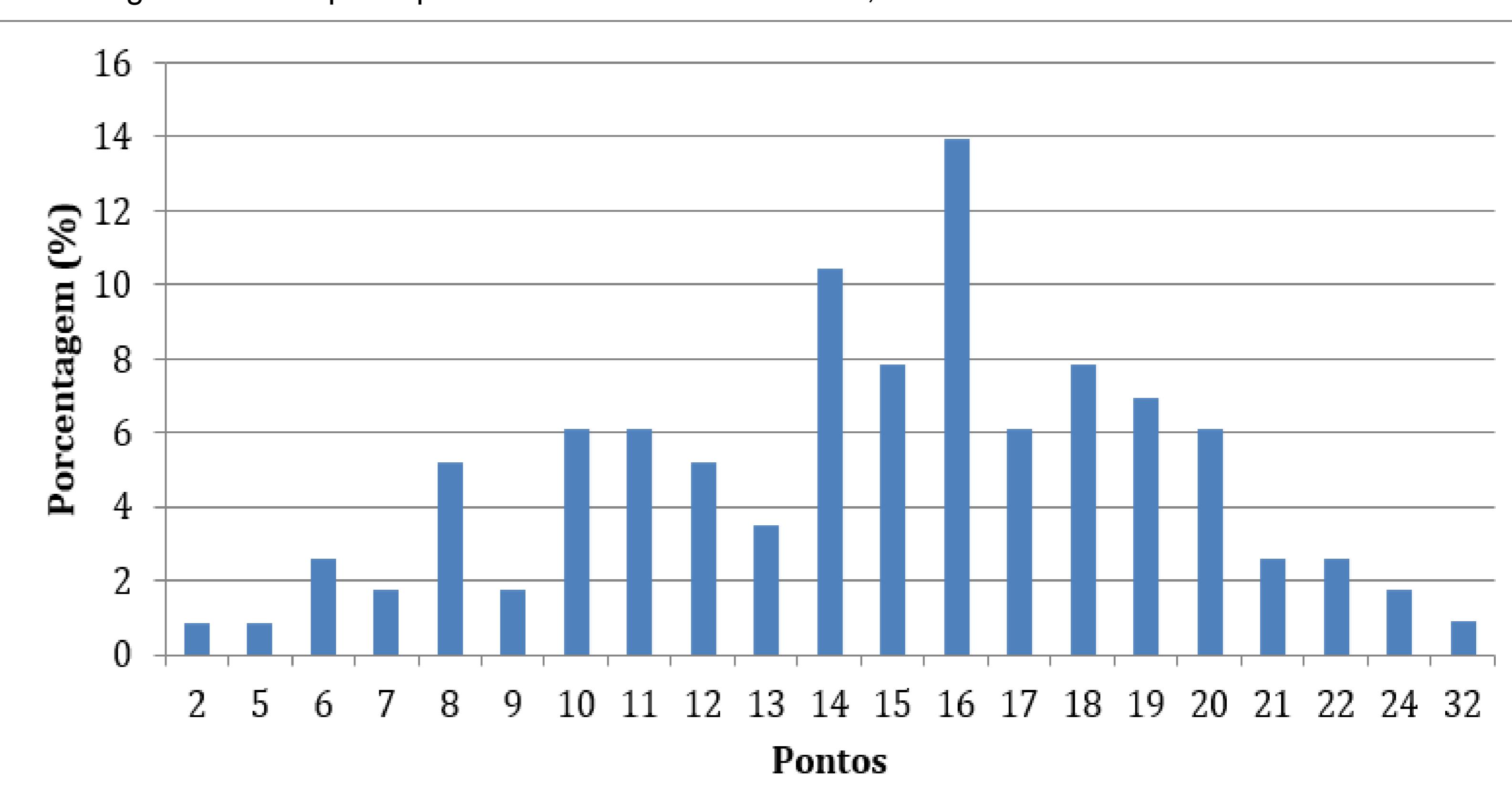


Figura 3. Distribuição da pontuação da Escala de Sonolência de Epworth dos acadêmicos de Odontologia do Unesc participantes do estudo. Colatina-ES, 2021.



CONCLUSÃO

Conclui-se que houve alta prevalência de qualidade ruim do sono ou distúrbio do sono e sonolência anormal. Houve associação entre a má qualidade do sono e os anos mais avançado de integralização do curso de Odontologia de uma instituição privada. Dessa forma, o estudo consegue alertar a necessidade da regularidade e planejamento das atividades extracurriculares dos discentes do curso de Odontologia considerando, os períodos de sonolência diurna e os períodos de maior rendimento dos estudantes.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ALHARBI, A.; ALHARBI, S.; ALQAIDI, S. Guidelines for dental care provision during the COVID-19 pandemic. *The Saudi Dental Journal*. 32(4):181-6, 2020.
CHANG, J.; YUAN, Y.; WANG, D. Mental health status and its influencing factors among college students during the epidemic of COVID-19. *Nan Fang Yi Ke Xue Que Bao* 2020;40(2):171-6.
ERSAN, N.; FISEKÇIOĞLU, E.; DÖLEKOĞLU, S.; OKTAY, I.; ILGÜY, D. Perceived sources and levels of stress, general self-efficacy and coping strategies in clinical dental students. *Psychol Health Med*. 2017;22(10):1175-85.