

## QUALIDADE DO SONO E PRESENÇA DE SINTOMAS RESPIRATÓRIOS EM ADOLESCENTES ESCOLARES

**INTRODUÇÃO:** Distúrbios relacionados ao sono ocorrem com grande frequência, e as causas e a real extensão de seus danos necessitam de grande atenção. O sono insuficiente ou de má qualidade pode impactar negativamente a aprendizagem, e episódios repetidos de obstrução parcial ou completa das vias aéreas superiores, associada a episódios de ronco durante o sono podem ser característicos da Síndrome da Apnéia Obstrutiva do Sono (SAOS), que pode levar a criança ou o adolescente a apresentar alterações no comportamento, prejuízo escolar, déficit do desenvolvimento pâncreo-estatural e, durante o sono, obstruções graves como a apnéia. **OBJETIVO:** Descrever a qualidade de sono e a frequência de sintomas respiratórios durante o ciclo do sono de adolescentes escolares da rede pública de Campina Grande-PB. **MÉTODOS:** Estudo transversal, quantitativo, realizado entre setembro e novembro/2012 com 96 adolescentes escolares entre 15 e 19 anos. Avaliou-se o sono através das variáveis: qualidade do sono (classificada em boa, muito boa, ruim ou muito ruim), e das variáveis: presença de dificuldade respiratória e/ou tosse ou ronco durante o sono (ambas segundo a semana anterior à coleta de dados), e classificadas quanto à presença dos sintomas: nenhuma vez, <1 vez por semana, 1 ou 2 vezes por semana e >3 vezes por semana). Ambas foram retiradas do questionário autoaplicável do Índice de Qualidade de Sono de Pittsburg. Foi realizada análise descritiva das variáveis em estudo. Para estas variáveis também foi testada a distribuição de normalidade, através do teste de Kolmogorov-Smirnov, calculou-se o coeficiente de correlação de Pearson ou Spearman considerou-se um nível de significância de 5% para as análises e utilizou-se o *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS, versão 17.0) para o processamento dos dados estatísticos. **RESULTADOS:** 12,5% dos adolescentes classificaram a qualidade do sono como ruim ou muito ruim, dado semelhante em ambos os sexos e ausente de significância estatística ( $p=0,078$ ). Quanto à dificuldade para respirar, 10,4% dos jovens afirmaram apresentar dificuldade de uma a três vezes por semana, e 8,4% afirmaram tossir ou roncar muito alto de uma a três vezes por semana, com maior prevalência para o sexo masculino (14,7%) do que o feminino (4,9%).

**CONCLUSÃO:** Existem sintomas respiratórios que podem estar afetando a qualidade do sono dos adolescentes, e há maior prevalência de alterações destes sintomas nos adolescentes do sexo masculino. Além dos próprios sintomas interferirem na qualidade de vida do indivíduo, ao longo do tempo podem ocorrer desfechos clínicos importantes, resultando em significativas alterações ventilatórias e de troca gasosa.

**PALAVRAS-CHAVE:** Distúrbios do sono. Qualidade do sono. Adolescentes.