

## **PREVALÊNCIA DO DIAGNÓSTICO DE ENFERMAGEM PADRÃO DO SONO PREJUDICADO EM PESSOAS IDOSAS EM ATENDIMENTO AMBULATORIAL**

Sanni Moraes de Oliveira (1); Williana Aparecida Alves de Brito Fernandes (2); Natana de Moraes Ramos (3); Marília Lourenço dos Santos (4); Maria das Graças Melo Fernandes (5).

(1) *Universidade Federal da Paraíba, sannidsm@gmail.com;* (2) *wiliana\_alves@hotmail.com;* (3) *natana\_morais@gmail.com;* (4) *marilia.santos90@gmail.com;* (5) *graacafernandes@gmail.com.*

**Resumo:** Dentre as principais preocupações relacionadas à longevidade, ressalta-se as modificações no padrão do sono e suas repercussões negativas na saúde e na qualidade de vida dos idosos. O objetivo do estudo foi identificar a prevalência do diagnóstico de enfermagem “Padrão do Sono Prejudicado” entre idosos atendidos em um ambulatório geriátrico. Trata-se de um estudo descritivo, transversal, desenvolvido em um hospital universitário em João Pessoa – PB, no período de Novembro de 2015 a Maio de 2016, mediante entrevista subsidiada por instrumento estruturado, contemplando características definidoras e os fatores relacionados ao diagnóstico de enfermagem “Padrão do Sono Prejudicado” (NANDA 2015-2017). Verificou-se que a maioria dos idosos pertencia ao sexo feminino, com faixa etária predominante de 60 a 69 anos, sendo em sua maioria casados com renda familiar de 2 a 3 salários, 39,3% dos idosos evidenciaram o diagnóstico, tendo como sua principal característica definidora a alteração do padrão de sono e dificuldade para iniciar o sono. Quanto aos fatores relacionados, identificou-se com maior predominância o padrão de sono não restaurador e barreira ambiental. Os achados do estudo demonstraram que muitos idosos apresentaram o Diagnóstico de Enfermagem “Padrão do Sono Prejudicado”, constituindo um importante passo no sentido de apresentar potencialidades na utilização do Processo de Enfermagem, com vistas a sistematização da assistência através de dados que garantam a individualização do cuidado, oferecendo um levantamento dos principais problemas de saúde presentes nessa população.

**Palavras-Chave:** Enfermagem, Idoso, Sono, Sistematização da Assistência de Enfermagem.

### **INTRODUÇÃO**

O processo de envelhecimento humano deve ser analisado sob uma visão holística que englobe fatores multidimensionais. No que tange à saúde torna-se cada vez mais imprescindível a discussão acerca das alterações comuns neste processo, na finalidade de assistir o indivíduo com um olhar voltado para suas necessidades objetivas e subjetivas.

Dentre as principais preocupações relacionadas à longevidade, ressalta-se as modificações no padrão do sono e suas repercussões negativas para a função psicológica, sistema imunológico, desempenho, resposta comportamental, humor e habilidade de adaptação, pois estes acarretam um forte impacto na saúde e na qualidade de vida dos idosos<sup>1-2</sup>.

O sono é uma condição fisiológica de atividade cerebral, natural e periódica, caracterizada por modificação do estado de consciência, redução da sensibilidade aos estímulos ambientais, acompanhados por características motoras e posturais próprias, além de alterações autônomas. A

ocorrência do sono em ciclos previsíveis e a natural capacidade de reversão de um estado de relativa não reação a estímulos externos (sono-vigília) são condições que permitem distinguir o sono de estados de perda de consciência patológicos<sup>3</sup>.

Estudos evidenciam que na velhice o sono tende a ser mais superficial e fragmentado e, portanto, com menor eficiência e pior qualidade. Considerando isso, é imprescindível, por parte do enfermeiro, a identificação da qualidade do sono e de possíveis distúrbios relacionados a esse fenômeno, pois a dificuldade constante em dormir pode repercutir em aumento do risco de queda, comprometimento cognitivo, prejuízo da função respiratória e cardiovascular, aumento da mortalidade e da necessidade de um serviço de enfermagem que acompanhe este idoso. Logo, torna-se importante promover medidas que auxiliem na sua melhora as quais, por conseguinte, irão subsidiar a sua melhora clínica<sup>4</sup>.

Diante disso, a *North American Nursing Diagnosis Association* (NANDA-I, 2015-2017) apresenta o diagnóstico de enfermagem “Padrão do Sono Prejudicado” definindo-o como “interrupções, limitadas pelo tempo, da quantidade e da qualidade do sono decorrentes de fatores externos” (p. 202)<sup>5</sup>. Essa taxonomia elenca também os indicadores empíricos ou características definidoras do problema e os fatores relacionados ou determinantes do evento, o que constitui uma ferramenta importante para a sua identificação e abordagem terapêutica e de cuidado. Apesar disso, há lacunas importantes na produção do conhecimento científico relativo aos problemas de sono nos idosos no campo da Enfermagem.

Destarte, os objetivos do estudo foram: Identificar a prevalência do diagnóstico de enfermagem padrão do sono prejudicado entre os idosos atendidos em um ambulatório de geriatria.

## **METODOLOGIA**

Trata-se de um estudo descritivo, transversal, desenvolvido em um hospital universitário localizado no município de João Pessoa – PB, onde a população estudada foi compreendida por pessoas idosas atendidas no ambulatório geriátrico do referido serviço.

A determinação da amostra foi do tipo probabilística, delimitada por meio da técnica de amostragem simples. Para a seleção dos idosos investigados, foi levantado junto ao serviço o quantitativo de consultas entre os meses de Janeiro de 2015 a Junho do mesmo ano, totalizando 664 idosos atendidos. Por se tratar de uma avaliação multidimensional e parâmetro de erro amostral de 6%, resultou uma amostra de 211 entrevistados.

Participaram do estudo pessoas com sessenta anos ou mais, de ambos os sexos, que após devidamente esclarecidos dos seus propósitos e dos seus passos operacionais, aceitaram participar da pesquisa, bem como aqueles que apresentavam condições cognitivas preservadas, de modo que foram capazes de responder as questões de investigação. Foram excluídos do estudo aqueles que possuíam limitações graves na fala ou audição que se constituíam fator impeditivo para uma comunicação efetiva durante a realização da pesquisa.

A coleta de dados foi realizada no período de Novembro de 2015 a Maio de 2016, mediante entrevista subsidiada por instrumento estruturado, contemplando questões relativas a caracterização sociodemográfica, características definidoras e os fatores relacionados ao diagnóstico de enfermagem “Padrão do Sono Prejudicado”, da taxonomia da *North American Nursing Diagnosis Association* (NANDA), da classificação 2015-2017.

A análise dos dados foi efetivada numa abordagem quantitativa por meio da estatística descritiva de natureza univariada para todas as variáveis. Para tratamento dos dados, utilizou-se do *Software Microsoft Excel 2016* e do sistema computacional *Statistical Package for the Social Sciences – SPSS versão 20.0*, por ser adequado ao alcance dos objetivos do estudo e por possibilitar a precisão e a generalização dos seus resultados.

Cabe destacar que durante todo o processo da pesquisa, especialmente na fase da coleta de informações empíricas, foram observados os aspectos éticos que normatizam a pesquisa envolvendo seres humanos especialmente o sigilo e a confidencialidade das informações, dispostos na Resolução 466/2012 do CNS/MS/BRASIL, aprovado pelo Comitê de Ética que referenda a instituição tendo como número de CAE 56053116.8.00005183.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Verificou-se que a maioria dos idosos entrevistados pertencia ao sexo feminino, com o percentual de 57,8% (n=122), com faixa etária predominante de 60 a 69 anos, correspondendo a 66,4% (n=140), além disso, 61,1% (n=129) eram casados, 16,1% (n=34) solteiros, 15,2% (n=32) viúvos e 7,6% (n=16) divorciados. Ademais, a maioria possuía renda familiar de 2 a 3 salários, correspondendo a 41,7% (n=88), apresentados a seguir na tabela 1.

**Tabela 1 – Características sociodemográfica de idosos atendidos em um ambulatório de geriatria de um hospital universitário em João Pessoa – PB, 2015-2016. (n = 211)**

Variável	Categoria	n	%
<b>Idade</b>	60-69 anos	140	66,4
	70-79 anos	55	26,1
	80-89	14	6,6
	90 anos ou mais	02	0,9
<b>Sexo</b>	Feminino	122	57,8
	Masculino	89	42,2
<b>Religião</b>	Católica	145	68,7
	Evangélica	55	26,1
	Espírita	07	3,3
	Outra	04	1,9
<b>Estado Civil</b>	Casado	129	61,1
	Solteiro	34	16,1
	Viúvo	32	15,2
	Divorciado	16	7,6
<b>Renda Familiar</b>	Sem renda	04	1,9
	Um salário mínimo	86	40,8
	2 a 3 salários mínimos	88	41,7
	Mais de 4 salários mínimos	12	5,7
	Não informada	21	10,0

*Fonte: Dados empíricos do estudo, 2015-2016.*

Com relação ao Diagnóstico de Enfermagem, 39,3% (n=83) evidenciaram “Padrão do Sono Prejudicado”, tendo como sua principal característica definidora a própria alteração do padrão de sono, correspondente a 45,7% (n=38), 37,3% (n=31) apresentaram dificuldade para iniciar o sono, 34,9% (n=29) dificuldade de funcionamento diário, 32,5% (n=27) despertar não intencional, expostos na Tabela 2.

**Tabela 2 – Características definidoras do diagnóstico de Enfermagem “Padrão do Sono Prejudicado” de idosos atendido em um ambulatório de geriatria de um hospital universitário**

em João Pessoa – PB, 2015-2016. (n = 83)

VARIÁVEL	n*	%
Alteração do padrão de sono	38	45,8%
Dificuldade para iniciar o sono	31	37,3%
Dificuldade de funcionamento diário	29	34,9%
Despertar não intencional	27	32,5%
Não se sentir descansado	20	24,0%
Insatisfação com o sono	18	21,7%

Fonte: Dados empíricos do estudo, 2015-2016.

\*A soma perfaz um valor superior a amostra em decorrência de um mesmo idoso referir mais de um fator relacionado.

Quanto aos fatores relacionados do diagnóstico supracitado, identificou-se que 49,3% (n=47) dos idosos relataram padrão de sono não restaurador, barreira ambiental 39,7% (n=33), interrupção causada pelo parceiro de sono 16,9% (n=14), privacidade insuficiente 10,8% (n=09) e por último, imobilização 8,4% (n=07), descritos na Tabela 3.

**Tabela 3 – Fatores relacionados do diagnóstico de Enfermagem “Padrão do Sono Prejudicado” de idosos atendidos em um ambulatório de geriatria de um hospital universitário em João Pessoa – PB, 2015-2016. (n =83)**

VARIÁVEL	n*	%
Padrão de sono não restaurador	41	49,4
Barreira ambiental	33	39,7
Interrupção causada pelo parceiro de sono	14	16,9
Privacidade insuficiente	09	10,8
Imobilização	07	8,4

Fonte: Dados empíricos do estudo, 2015/2016.

*\*A soma perfaz um valor superior a amostra em decorrência de um mesmo idoso referir mais de uma característica definidora.*

Os resultados evidenciaram que grande parte dos entrevistados referiram alguma alteração no padrão do sono, que apresenta destaque entre as queixas mais comuns dos idosos e os problemas com o sono ocorrem em mais da metade das pessoas com 65 anos de idade ou mais<sup>6</sup>.

Sabe-se que o processo fisiológico do envelhecimento, poderá determinar alterações na arquitetura do ciclo do sono e na dimensão relativa ao repouso, ocasionando modificações na quantidade e qualidade, podendo trazer alterações no padrão habitual, as quais se destacam entre as principais queixas dos idosos, que acarretam um impacto negativo na sua qualidade de vida<sup>7</sup>.

Os principais fatores externos identificados na amostra deste estudo foram: Alteração no padrão do sono, dificuldade para iniciar o sono, dificuldade de funcionamento diário e despertar não intencional. Os quais podem estar relacionados ao padrão de sono não restaurador pelas responsabilidades de cuidador, práticas de paternidade/maternidade e/ou parceiro de sono; bem como por barreira ambiental (por exemplo, ruído ambiental, exposição à luz do dia/escuridão, temperatura/umidade do ambiente, local não familiar).

Ressalta-se que vários fatores e comportamentos cotidianos influenciam na quantidade, na qualidade e no tempo de sono do idoso, sejam eles de origem fisiológica, patológica ou ambiental<sup>8</sup>. Faz-se necessário uma investigação dos hábitos diurnos e noturnos do idoso, que estão alterando o seu padrão do sono, a exemplo de: horários irregulares de ir para a cama e sair dela e do quarto e o excesso de trabalho e/ou atividades a ele relacionadas no ambiente de dormir. Além disso, é importante identificar as barreiras ambientais que interferem o sono, relacionados ao ambiente de repouso, tais como claridade e temperatura, pois partir da meia-idade, as pessoas tornam-se mais sensíveis aos ruídos enquanto dormem, podendo despertar com problemas sonoros que não causam reações nos mais jovens<sup>9</sup>. Ainda assim, ruídos na própria casa ou na vizinhança, aparelho de TV ligado no quarto, presença de outra pessoa dormindo junto e presença de animais domésticos podem interferir no sono e dificultar o seu início<sup>10-11</sup>.

Outro fator relacionado ao “Padrão do Sono Prejudicado” envolve a tarefa de cuidador. Observa-se que entre os cuidadores predominam mulheres, que dispensam apoio principalmente aos parceiros<sup>12</sup>. Um estudo demonstrou que idosos cuidadores de idosos referem insatisfação com relação ao sono, tal fato pode estar relacionado à dependência de medicações, ou ainda, com as

preocupações das tarefas de cuidar. Vale salientar, que os idosos que exercem atividade de cuidadores, muitas vezes, esquecem-se da própria saúde para cuidar do outro<sup>13</sup>.

No tocante a realidade de cuidadores com idade avançada cuidando de outros idosos configura-se como um quadro preocupante, pois pessoas idosas estão sendo cuidadas por outras pessoas que também estão envelhecendo e que começam a apresentar diversas alterações relacionadas ao processo de envelhecer, que acaba por alterar ainda mais o padrão do sono e do repouso<sup>14</sup>. Essas alterações no sono podem ocasionar significativos prejuízos cognitivos, ou seja, dificuldade de fixar e manter a atenção, perda de memória, diminuição da capacidade de planejamento estratégico, prejuízo motor leve, dificuldade de controlar impulsos e raciocínio obnubilado<sup>15</sup>.

A dificuldade para manter o sono e o despertar precoce se deve pela desregulação do relógio biológico circadiano, maior número de transições de um estágio para outro e para a vigília com predomínio das fases mais superficiais e conseqüentemente diminuição do limiar do despertar devido a ruído, luminosidade e outros estímulos<sup>16</sup>.

A investigação dos aspectos relacionados ao sono da pessoa idoso reflete uma busca pela integralidade do cuidado a essa parcela da população. O crescente e abrupto envelhecimento populacional sucinta em demandas de cuidados específicos, estimulando atividades que possam auxiliar na preservação do sono como prática regular de atividade física moderada, regularidade nos comportamentos relacionados à hora de dormir e acordar e manutenção de um ambiente adequado para a conservação do sono<sup>6</sup>.

A assistência de enfermagem aos idosos com o diagnóstico de “Padrão do Sono Prejudicado” pode ser oferecida através da formação de grupos que desenvolvam atividades visando o restabelecimento de uma rotina na vida do idoso, e possibilitem a regulação dos ritmos circadianos contribuindo na melhoria do padrão de sono<sup>17</sup>.

Contudo, a escolha dessas atividades deve ser feita junto aos idosos, com o intuito de possibilitar a adesão à sua prática, proporcionando ocupação do tempo livre por uma ação prazerosa e saudável, como por exemplo, a atividade física de lazer, a qual possibilita que o idoso seja fisicamente ativo e, assim, possuir melhor qualidade de vida.

Ressalta-se ainda, a importância do enfermeiro conduzir orientações aos idosos relativas às medidas de higiene do sono, dadas por meio de estratégias como educação em saúde e outras que envolvam entendimento por parte deles. Entende-se também que, a assistência de enfermagem

deverá ser individualizada e ao mesmo tempo holística, apreendida e discutida pelos profissionais envolvidos em diferentes cenários de cuidado<sup>18</sup>.

Diante deste contexto, o enfermeiro deve buscar cada vez mais comprometimento para prestar assistência e programar medidas terapêuticas a fim de melhorar o quadro de alterações no sono dos idosos e, dessa forma, promover aumento da qualidade do mesmo, considerando o processo de perdas próprias do envelhecimento e as possibilidades de manutenção do estado de saúde, especialmente no tocante da população investigada.

## **CONCLUSÕES**

Os achados do presente estudo demonstram que muitos idosos apresentaram distúrbios do sono, tendo como principal transtorno “Padrão do Sono Prejudicado”. Evidenciou indicadores empíricos e os fatores determinantes desse diagnóstico de enfermagem entre esses idosos, constituindo um importante passo no sentido de apresentar potencialidades na utilização do Processo de Enfermagem, visto que tal ferramenta possibilita o levantamento de problemas, especialmente os relacionados ao sono dessa população, permitindo assim a implementação de cuidados efetivos, individualizados e holísticos à pessoa idosa que apresenta prejuízo no padrão de sono.

Salienta-se ainda que o estudo dos diagnósticos de enfermagem é essencial, por ser um instrumento útil que facilita o planejamento, execução e avaliação dos cuidados de enfermagem, porém consiste em um desafio, pois requer um planejamento resolutivo somado à necessária capacitação de enfermeiros para atender à clientela, utilizando-se para isso de ações contínuas que minimizem os fatores determinantes envolvidos na sua ocorrência.

Espera-se que, os resultados deste estudo sirvam como fundamento científico para a realização de intervenções específicas para as reais necessidades dessa clientela, com ações que minimizem ou previnam os problemas relacionados ao sono e repouso, dessa natureza a importância do sono na manutenção e recuperação da saúde, torna-se um dever do enfermeiro buscar os meios de promover o sono de boa qualidade para os seus pacientes e conscientizar os demais profissionais e a família quanto à importância de tais aspectos para a saúde do idoso.

## **REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

1. Barbosa KTF, Oliveira FMRL, Oliveira SM Et Al. Qualidade do sono em pacientes idosos em atendimento ambulatorial. Rev enferm UFPE on line., 2016; 10(2):756-61.



2. Mansano TCS, Santos AA, Camargo SR, Freitas DCCV, Lorenz VR, Filomena CM. Idosos institucionalizados: organização cronológica das rotinas diárias e qualidade do sono. *Rev Bras Enferm.*, 2014; 67(4):610-6.
3. Gomes MM, Quinhones MS, Engelhardt E. Neurofisiologia do sono e aspectos farmacoterapêuticos dos seus transtornos. *Rev Bras Neurol*, 2010; 46(1):5-15.
4. Monteiro NT, Ceolim MF. Qualidade do sono de idosos no domicílio e na hospitalização. *Texto Contexto Enferm*, Florianópolis, 2014; 23(2):356-64.
5. Nanda-I. North American Nursing Diagnosis Association (NANDA). Diagnósticos de enfermagem da NANDA: definições e classificação 2015-2017. trad. Regina Machado Garcez – Porto Alegre: Artmed, 2015.
6. Oliveira BHD, Yassuda MS, Cupertino APFB, Neri AL. Relações entre padrão do sono, saúde percebida e variáveis socioeconômicas em uma amostra de idosos residentes na comunidade: Estudo PENSA. *Cienc Saúde Coletiva [Internet].*, 2010, 15(3):851-60.
7. Costa SV, Ceolim MF, Neri AL. Sleep problems and social support: frailty in a brazilian elderly multicenter study. *Rev Latino-Am Enfermagem [Internet].*, 2011, 19(4):920-7.
8. Neves GSML, Giorelli AS, Florido P, Gomes MM. Transtornos do sono: visão geral. *Revista Brasileira de Neurologia*. 2013, 49(2).
9. Eliopoulos C. *Enfermagem Gerontológica*. 7. ed. Porto Alegre: Artmed, 2011.
10. França EMM. Avaliação da qualidade do sono de idosos nos sub-sistemas público e privado no município de Patos-PB. [Dissertação de Mestrado]- Universidade Católica de Santos, Programa de Mestrado em Saúde Coletiva, 2014.
11. Bacelar A, et al. *Insônia do Diagnóstico ao Tratamento: III Consenso Brasileiro de Insônia – 2013/ Associação Brasileira de Sono*. São Paulo: Omnifarma, 2013.
12. Tomomitsu MRSV, Perracini MR, Neri AL. Fatores associados à satisfação com a vida em idosos cuidadores e não cuidadores. *Ciênc. saúde coletiva*, Rio de Janeiro., 2014, 19(8):3429-3440.
13. Rocha ACO, Mota FRN, Silva MJ, et al. Qualidade de vida de idosos que cuidam de idosos no domicílio. *Rev enferm UFPE on line.*, Recife., 2015, 9(2):548-57.
14. Oliveira MC, Boaretto ML, Vieira L, Tavares KO. Percepção do cuidador familiar de idosos dependentes sobre o papel do profissional da saúde em sua atividade. *Semina: Ciências Biológicas e da Saúde*, Londrina, 2014, 35(2):81-90.
15. Loureiro CC, Drummond M, Winck JC, Almeida J. Reação paradoxal da pressão arterial ao

tratamento com pressão positiva na via aérea em doentes com apneia do sono. Rev Port Pneumol., 2011, 17(2):53-8.

16. Quinhones MS, Gomes MM. Sono no envelhecimento normal e patológico: aspectos clínicos e fisiopatológicos. Rev Bras Neurolog., 2011, 47(1).
17. Monteiro NT, Neri AL, Ceolim MF. Sintomas de insônia, cochilos diurnos e atividades físicas de lazer em idosos: estudo FIBRA Campinas. Rev Esc Enferm USP., 2014, 48(2): 242-9.
18. Sousa CA, et al. Prevalência de atividade física no lazer e fatores associados: estudo de base populacional em São Paulo, Brasil, 2008-2009. Cad Saúde Pública, 2013, 29(2):270-282.