



UNIVERSIDADE FEDERAL DO AMAZONAS – UFAM
INSTITUTO DE SAÚDE E BIOTECNOLOGIA – ISB
CAMPUS MÉDIO SOLIMÕES – COARI
BACHARELADO EM ENFERMAGEM



LETÍCIA SEIXAS SEVERINO

**DISTÚRBIOS DO SONO EM DISCENTES DE GRADUAÇÃO DO ISB/UFAM, NO
MUNICÍPIO DE COARI – AM**

COARI – AM

2023

LETÍCIA SEIXAS SEVERINO

**DISTÚRBIOS DO SONO EM DISCENTES DE GRADUAÇÃO DO ISB/UFAM, NO
MUNICÍPIO DE COARI – AM**

Projeto apresentado ao curso de Bacharelado em Enfermagem do Instituto de Saúde e Biotecnologia da Universidade Federal do Amazonas, como requisito para obtenção de nota parcial na disciplina de Trabalho de Conclusão de Curso II, solicitado pelo Prof. Dr. Abel Santiago Muri Gama.

Orientadora: Prof. Esp. Jéssica Karoline Alves Portugal

Coorientador: Prof. Dr. Abel Santiago Muri Gama.

COARI – AM

2023

LETÍCIA SEIXAS SEVERINO

**DISTÚRBIOS DO SONO EM DISCENTES DE GRADUAÇÃO DO ISB/UFAM, NO
MUNICÍPIO DE COARI – AM**

Projeto apresentado ao curso de Bacharelado em Enfermagem do Instituto de Saúde e Biotecnologia da Universidade Federal do Amazonas, como requisito para obtenção de nota parcial na disciplina de Trabalho de Conclusão de Curso II, solicitado pelo Prof. Dr. Abel Santiago Muri Gama

BANCA EXAMINADORA

Prof^ª Esp. Jéssica Karoline Alves Portugal
Universidade Federal do Amazonas

Prof^ª Dra. Patrícia dos Santos Guimarães
Universidade Federal do Amazonas

Prof^º Dr. Michel Nasser Corrêa Lima Chamy
Universidade Federal do Amazonas

DEDICATÓRIA

Dedico este trabalho ao corpo discente do Instituto de Saúde e Biotecnologia - ISB da Universidade Federal do Amazonas - UFAM, cujo comprometimento com a excelência acadêmica e paixão pela busca do conhecimento me inspiraram a concluir esta jornada.

Aos meus queridos pais, cujo amor incondicional e apoio constante me sustentaram ao longo deste caminho, esta conquista é dedicada a vocês. Aos amigos que estiveram ao meu lado, compartilhando as alegrias e desafios desta trajetória, agradeço por serem pilares de força e incentivo.

Que este trabalho possa retribuir de alguma forma o que recebi de todos vocês.

Muito obrigado!

AGRADECIMENTOS

Agradeço, em primeiro lugar, a Deus, por me conceder força, sabedoria e perseverança ao longo desta jornada. À minha orientadora, Jéssica Portugal, minha eterna gratidão por sua orientação, paciência e dedicação incansável. Seu comprometimento foi fundamental para o sucesso deste trabalho.

Aos amigos mais próximos que estiveram ao meu lado, Lucas Thiago Azevedo da Silva, Eliz Cavalcante Caxeixa de Carvalho e Yasmim Paes de Moraes, agradeço do fundo do meu coração por compartilharem esse trajeto comigo, pelo apoio inabalável.

A Denise de Souza Silva, uma grande colega, agradeço por seus valiosos conselhos e orientações que foram cruciais para o desenvolvimento deste trabalho.

A Fernanda Rodrigues Xavier, que estive ao meu lado nos momentos de desespero, saiba que sua presença foi um ponto chave para a conclusão deste trabalho, e sua ajuda foi fundamental para preservar minha saúde mental durante esse processo desafiador.

Aos meus pais e irmãos, minha gratidão eterna. O apoio, amor e fé que vocês sempre demonstraram em mim foram o alicerce que me manteve firme ao longo dessa jornada.

A todos que de alguma forma contribuíram para a realização deste TCC, meu muito obrigado. Este trabalho não teria sido possível sem o apoio e encorajamento de cada um de vocês.

RESUMO

O sono desempenha um papel crucial na manutenção da saúde, permitindo ao organismo descansar e se recuperar. Durante o sono, processos de revitalização e recuperação ocorrem para compensar os gastos energéticos durante o dia. No entanto, distúrbios do sono podem surgir, afetando tanto a saúde física quanto a mental. Um desses distúrbios é a insônia, caracterizada por dificuldades em iniciar ou manter o sono, resultando em sono insatisfatório e despertares noturnos. Estudantes universitários são particularmente suscetíveis a distúrbios do sono, devido às pressões acadêmicas e mudanças na rotina. Pesquisas anteriores mostram que muitos deles comprometem suas horas de sono para cumprir prazos acadêmicos, levando à perda de entusiasmo por atividades cotidianas. Alguns estudos apontam que distúrbios do sono afetam significativamente a qualidade de vida dos estudantes universitários, com taxas alarmantes de má qualidade do sono e uso de medicamentos para dormir sem prescrição médica. Este estudo tem como objetivo analisar a prevalência de distúrbios do sono em estudantes de graduação do Instituto de Saúde e Biotecnologia (ISB) da Universidade Federal do Amazonas (UFAM) localizada em Coari, Amazonas. A pesquisa é de natureza transversal e quantitativa, realizada entre 2022 e 2023. A amostra do estudo incluiu 149 estudantes de vários cursos de graduação do ISB/UFAM. Os dados foram coletados por meio de um questionário eletrônico, incluindo informações socioeconômicas e demográficas, bem como o Índice da Qualidade do Sono de Pittsburgh (PSQI) para avaliar a qualidade do sono e possíveis distúrbios. Os resultados iniciais mostram uma variedade de padrões de sono entre os estudantes, com uma porcentagem significativa classificando sua qualidade de sono como "má". Além disso, a análise dos dados revela associações entre a qualidade do sono e fatores como faixa etária, renda familiar e curso de graduação. Este estudo busca preencher uma lacuna na pesquisa sobre distúrbios do sono em estudantes universitários, especificamente em regiões geográficas remotas, como o interior do Amazonas. Espera-se que os resultados contribuam para o desenvolvimento de estratégias para melhorar a qualidade de sono e o desempenho acadêmico desses estudantes.

Palavras-chave: Distúrbios do sono, estudantes universitários, qualidade de sono, Amazonas.

LISTA DE GRÁFICOS

Gráfico 1 - Componente 1: Qualidade subjetiva do sono durante o último mês de estudantes universitários. Coari – AM, Brasil, 2023.	18
Gráfico 2 - Componente 3: Duração do sono durante o último mês de estudantes universitários. Coari – AM, Brasil, 2023.	20
Gráfico 3 - Componente 4: Eficiência do sono durante o último mês de estudantes universitários. Coari – AM, Brasil, 2023.	21
Gráfico 4 - Componente 5: Distúrbios do sono durante o último mês de estudantes universitários. Coari – AM, Brasil, 2023.	22

LISTA DE TABELAS

Tabela 1 - Distribuição dos universitários segundo variáveis socioeconômicas. Coari, AM, Brasil, 2023.....	17
Tabela 2 - Questões do componente 2: Latência do sono de estudantes universitários. Coari – AM, Brasil, 2023.	19
Tabela 3 - Componente 6: Uso de medicação para dormir de estudantes universitários. Coari – AM, Brasil, 2023.	23
Tabela 4 - Componente 7: Sonolência e disfunções diurnas de estudantes universitários. Coari – AM, Brasil, 2023.	24
Tabela 5 - Distribuição do valor global da qualidade do sono segundo as variáveis socioeconômicas. Coari – AM, Brasil, 2023.	25

LISTA DE ABREVIACÕES

CNS	Conselho Nacional de Saúde;
IBGE	Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística;
ISB	Instituto de Saúde e Biotecnologia;
OMS	Organização Mundial da Saúde;
PSQI	Índice da Qualidade de Sono de Pittsburgh;
SPSS	Statistic Package for Social Sciences.
TAG	Transtorno de Ansiedade Generalizada;
TCLE	Termo de Consentimento Livre e Esclarecido;
UFAM	Universidade Federal do Amazonas;
UFC	Universidade Federal do Ceará;
UFRPE	Universidade Federal Rural de Pernambuco;

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO.....	10
2. OBJETIVOS.....	12
2.1. OBJETIVO GERAL.....	12
2.2. OBJETIVO ESPECÍFICO.....	12
3. MÉTODO.....	12
3.1. DELINEAMENTO.....	12
3.2. LOCAL E PERÍODO.....	12
3.3. POPULAÇÃO OU AMOSTRA DO ESTUDO.....	13
3.4. ABORDAGEM DOS PARTICIPANTES DO ESTUDO.....	13
3.5. INSTRUMENTO PARA COLETA DE DADOS.....	14
3.6. ANÁLISE DOS DADOS.....	15
3.7. ASPÉCTOS ÉTICOS.....	15
3.8. CRITÉRIOS DE ELEGIBILIDADE.....	16
3.9. CRITÉRIOS DE INELEGIBILIDADE.....	16
4. RESULTADOS.....	16
5. DISCUSSÃO.....	28
6. CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	31
REFERÊNCIAS.....	32
APÊNDICE A – INSTRUMENTO DE COLETA DE DADOS.....	37
APÊNDICE B – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO.....	45
ANEXO A – PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP.....	48

1. INTRODUÇÃO

O Sono é um acontecimento imprescindível para a manutenção da vida, onde os mecanismos orgânicos entram em modo de “suspensão” ou diminuem significativamente a sua atividade com intuito de evitar a exaustão. Durante a noite de sono, ocorrem os chamados processos de revitalização e recuperação, que tem como objetivo a compensação dos gastos energéticos ocorridos no tempo de atividade (CARONE, et.al., 2020).

Uma noite de sono adequada está intrinsecamente ligada a consolidação da memória, reparação do metabolismo energético cerebral e também da termorregulação corporal. Já quando se trata de uma rotina de sono insuficiente, determinados distúrbios podem ser gerados, tendo consequências físicas e psicológicas, as quais vão interferir no cotidiano do indivíduo causando reações adversas (CARONE, et. al., 2020).

Distúrbio é usado para patologias somáticas. A palavra distúrbio, etimologicamente, tem por significado a alteração da ordem das coisas, interrupção e, pode causar comprometimento no estilo de vida, na rotina. Um dos distúrbios que pode ser apresentado que está relacionado com um padrão de sono ineficaz é a insônia, a qual pode ser caracterizada pela dificuldade para iniciar ou manter o sono, é um sono, pouco ou não reparador, que também pode ser identificada através de despertares noturnos (MERRILL, 2022).

Um dos principais grupos afetados pelos distúrbios do sono são os discentes de graduação. O início do ensino superior constitui uma transição crucial para a saúde mental, uma vez que os discentes referem níveis mais elevados de angústia em comparação com outros grupos. Em particular, os universitários apresentam elevados níveis de depressão, ansiedade e risco de suicídio (TANG, et al., 2018).

Os universitários integram um público suscetível a desenvolver distúrbios do sono, decorrente das alterações no seu cotidiano e do excesso de atividades curriculares. Em busca de desempenhar todos os seus deveres no prazo estabelecido, parte dos acadêmicos depreciam suas horas de sono, o que os levam a perder o entusiasmo com a realização de atividades corriqueiras (MORAES, et al., 2013; OBRECHT, et al., 2015; PEREIRA, 2013; FERREIRA, et al., 2022).

Uma pesquisa realizada na Universidade Federal do Ceará (UFC), buscou avaliar a qualidade do sono dos seus universitários, obtendo como um dos resultados uma taxa de 53,8% de discentes que afirmaram fazer o uso de medicamentos para dormir sem prescrição médica. Cerca de 27,2% afirmou ter dificuldade de ficar acordado durante atividades habituais menos de uma vez por semana, já 28,8% apresenta tal dificuldade 1 ou 2 vezes por semana e 13,4%

relatou ter esse problema ≥ 3 vezes/semana (ARAÚJO, et al., 2013).

Outra pesquisa sobre o tema foi realizada na Universidade Federal Rural de Pernambuco – UFRPE, a qual revelou que cerca de 81,48% dos acadêmicos da área da saúde e 65,22% das exatas se enquadravam no índice de má qualidade do sono (PSQI menor ou igual a 5). Tal estudo concluiu que os escores elevados de má qualidade de sono poderiam estar relacionados aos horários irregulares e às altas demandas acadêmicas (CARVALHO et al., 2013).

Fazendo um comparativo com estudos realizados em instituições privadas, como o executado no ano de 2020, no Centro Universitário UNINASSAU, em Teresina, Piauí, os dados finais não diferem. Observou-se a predominância estimada em 82,5% de má qualidade de sono na amostra estudada (OLIVEIRA et al., 2020).

É elementar considerarmos que, principalmente, as Universidades localizadas nos interiores, costumam receber estudantes oriundos de outras cidades/estados. Em tese, esses acadêmicos, em grande parte não possui familiares na cidade do campus. Logo, uma boa parcela desses universitários mora sozinho ou divide a moradia com outro discente.

No geral, a experiência de morar “só” é nova para eles, somada aos infortúnios e pressão em busca da nota “perfeita”. Resultando em mais um fator estressante que pode refletir diretamente na qualidade de vida, sono e no desempenho acadêmico dos mesmos.

Indubitavelmente que os demais acadêmicos também estão suscetíveis a vivenciar tais alterações de sono, o que pode da mesma forma repercutir negativamente, na sua performance acadêmica.

Além disto, com a chegada da pandemia e a implantação da quarentena como medida protetiva, as atividades acadêmicas foram temporariamente suspensas. Como decorrer dos eventos, foi necessária uma organização institucional para que os alunos, docentes e demais funcionários permanecessem seguros e diminuísse o impacto na rotina da Universidade. A adaptação dos discentes para estudar em casa representou uma transformação significativa na forma como encaram o aprendizado. Foi necessária a criação de um ambiente propício, a gestão do tempo, o domínio de tecnologias e o cuidado com a saúde mental para garantir uma experiência de estudo eficaz e produtiva em um cenário de ensino remoto. (JUNIOR; MONTEIRO, 2020; MACUÁCUA et al., 2021).

No entanto, a experiência vivenciada por cada estudante foi singular. Alguns já possuíam certas habilidades para o uso das tecnologias que foram utilizadas nesse período, enquanto outros não estavam familiarizados com as ferramentas em questão, tornando o desenvolvimento das atividades remotas um dos primeiros percalços enfrentados.

(PEREIRA et al., 2020).

Diante do exposto, observa-se que há necessidade de conhecer os fatores que estão contribuindo para o desequilíbrio do sono. Assim, acredita-se que por meio desta pesquisa, será possível identificar as principais fragilidades dos discentes, dando subsídios para a intervenção da Universidade na busca de estratégias que favoreçam a melhora da qualidade de sono, aumentando assim o desempenho dos alunos em suas atividades.

Tendo em vista a grande quantidade de estudos realizados sobre o tema nas instituições de ensino superior, foi notada uma lacuna na abrangência geográfica que essas pesquisas alcançaram. Principalmente na região norte, especificamente nas Universidades localizadas nos interiores do Amazonas.

Desta forma, justifica-se a realização deste estudo, pela carência de pesquisas que contemplem tais áreas, com o intuito de contribuir academicamente com uma construção científica que englobe um pouco mais do território amazonense.

2. OBJETIVOS

2.1. Objetivo geral

Analisar a prevalência de distúrbios do sono em discentes de graduação do ISB/UFAM, no município de Coari – AM.

2.2. Objetivos específicos

- Conhecer as características socioeconômicas dos estudantes universitários;
- Identificar o padrão de sono dos estudantes universitários.

3. MÉTODO

3.1. Delineamento

Trata-se de uma pesquisa transversal, com abordagem quantitativa que ocorreu entre os anos de 2022 a 2023. A pesquisa foi executada com os estudantes de graduação da Universidade Federal do Amazonas (UFAM), do campus do município de Coari – Amazonas, Instituto de Saúde e Biotecnologia (ISB).

3.2. Local e período

A pesquisa foi realizada no período de agosto de 2022 a Abril de 2023, com os discentes matriculados nos diversos cursos de graduação ofertados pelo Instituto de Saúde e Biotecnologia (ISB), do município de Coari – AM.

Coari é um município localizado no Estado do Amazonas, distante a 363 km de Manaus, capital do Estado. De acordo com o último censo demográfico realizado em 2010, o

município abrange uma área territorial de 57.970, 768 km² com uma população de 75.965 pessoas, sendo a população estimada para o ano de 2021, o total de 86.713 pessoas (IBGE, 2010).

O município possui um campus da Universidade Federal do Amazonas, que foi instaurado no ano de 2005, o Instituto de Saúde e Biotecnologia (ISB) contém na sua grade o total de 7 cursos de graduação, segmentados nas áreas de exatas e biológicas (enfermagem, fisioterapia, nutrição, medicina, biotecnologia, licenciaturas conjuntas de física e matemática, e biologia e química). A implementação desses cursos, proporcionou ao município não apenas a capacidade de atender as próprias demandas educacionais, mas também, o tornou apto para suprir a carência dos municípios próximos.

3. 3. População ou amostra do estudo

No momento da pesquisa, haviam 1.247 alunos matriculados, mas somente 708 alunos estavam efetivamente realizando as atividades acadêmicas dos seus respectivos cursos, configurando-se assim na amostra total do estudo. Esses 708 alunos estavam distribuídos da seguinte forma: 62 de Biotecnologia; 135 de Ciências – Biologia e Química; 110 de Ciências - Matemática e Física; 141 de Enfermagem; 145 de Fisioterapia; 35 de Medicina e 80 de Nutrição. No entanto, deste total, apenas 149 alunos participaram da pesquisa, devido à ausência de retorno por parte de muitos estudantes no período de resposta do questionário online.

3. 4. Abordagem dos Participantes do Estudo

A aplicação do questionário foi realizada pela relatora do projeto, por meio do envio de um questionário eletrônico desenvolvido no Google Forms, para o e-mail de cada acadêmico devidamente matriculado. Esses dados foram disponibilizados pela coordenação e direção do instituto, possibilitando a pesquisa. Este método de abordagem online foi escolhido devido ao quantitativo de recursos humanos reduzido para a coleta individual de cada participante.

O primeiro contato com os participantes foi realizado via e-mail e aplicativo de mensagens (WhatsApp), com uma breve explicação de como os dados para contato foram obtidos e sobre a forma correta de preencher o questionário. O período para o preenchimento do questionário em questão, foi de aproximadamente 15 minutos por discente. O questionário ficou disponível para preenchimento por aproximadamente dois meses.

3. 5. Instrumento para Coleta de Dados

A coleta dos dados que irão compor o desenvolvimento do estudo, será composta por 2 seções, sendo estas:

Seção A: referente a caracterização dos universitários por meio de um questionário de dados socioeconômicos e demográficos.

Seção B: Será realizada mediante a aplicação do Índice da Qualidade de Sono de Pittsburgh (PSQI), sendo ele um instrumento com confiabilidade e validade previamente estabelecidas. O PSQI foi desenvolvido em 1986, na cidade de Pittsburgh, Pensilvânia – EUA, validado no Brasil em 2011. É uma técnica para captação de dados autoaplicável, a qual avalia a qualidade de sono e possíveis distúrbios. O questionário considera sete componentes do sono: 1. Qualidade subjetiva do sono, 2. Latência do sono, 3. Duração do sono, 4. Eficiência do sono, 5. Distúrbios do sono, 6. Uso de medicamentos para dormir e 7. Sonolência e disfunções diurnas. Para cada componente o escore varia de 0 – 3, onde 0 e 1 são considerados como pontuações positivas e 2 e 3 são pontuações negativas. Ao final, o escore máximo que pode ser atingido é de 21 pontos através da soma da pontuação obtida de cada um dos componentes individuais, a qual estabelece que pontuações maiores de 5 pontos apontam uma má qualidade de sono (BUYSSE, et al., 1986; Bertolazi, 2008; PASSOS, et al., 2017).

Cada um dos sete componentes possui como critério de avaliação questões específicas do questionário, e um cálculo distinto para obtenção da pontuação necessária (Apêndice A).

Ficando da seguinte forma:

- Componente 1 – Qualidade subjetiva do sono: Avaliação da questão 6 do questionário.
- Componente 2 – Latência do sono: Somatória da questão 2 e questão 5-a do questionário.
- Componente 3 – Duração do sono: Análise da pontuação da questão 4 do questionário;
- Componente 4 – Eficiência do sono: Análise das questões 4, 3 e 1 (nesta ordem) do questionário;
- Componente 5 – Distúrbios do Sono: Somatória da alternativa 5b a 5j do questionário.
- Componente 6 – Uso de medicação para dormir: Análise da questão 7 do questionário.
- Componente 7 – Sonolência e disfunções diurnas: Análise e somatória das questões 8 e 9 do questionário, respectivamente.

Por exemplo: o componente 4 (eficiência do sono) é composto das questões 1, 3 e 4. Sendo calculado da seguinte forma:

- a) Escreva o número de horas dormidas (**questão 4**): _____
- b) Calcule o número de horas de leito: [horário de levantar (**questão 3**)] – [horário de deitar (**questão 1**)]
- c) Calcule a eficiência do sono: $[\text{n}^\circ \text{ de horas dormidas} / \text{n}^\circ \text{ de horas de leito}] \times 100 = \text{eficiência do sono } \%$

Em seguida, atribua a pontuação da componente 4 da seguinte forma:

Resposta	Pontuação
>85%	0
75% a 84%	1
65% a 74%	2
<65%	3

A avaliação da pontuação de cada elemento e cálculo do score final de cada participante são conduzidos de forma individual, garantindo, assim, que a análise contenha dados confiáveis.

A versão brasileira desse instrumento é escassamente utilizada em estudos que tem como amostra, adolescentes. Tendo sua validação realizada em uma população adulta, o que diminui drasticamente a confiabilidade quando usado em uma população diferente (BUYSSE, et al., 1986; Bertolazi, 2008; PASSOS, et. al., 2017; SCHÖNFFELDT, BÜCKER, 2022).

3. 6. Análise dos dados

Foi elaborado um banco de dados por meio do programa Statistic Package for Social Sciences (SPSS), versão 21.0, com o objetivo de armazenar todas as informações obtidas na entrevista. Os dados foram analisados utilizando a frequência absoluta e relativa e a estatística descritiva.

3. 7. Aspectos éticos

Os estudantes que aceitaram participar da pesquisa, assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) (Apêndice B) dando ciência da sua participação, como devido conhecimento de seus direitos, bem como a liberdade de se recusar em dar continuidade na participação, sendo mantidos todas as suas informações em sigilo absoluto, sendo liberado o acesso ao questionário apenas para os discentes que assinaram o termo. O projeto foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal do Amazonas, obedecendo à Resolução 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde (CNS) referente a

realização de pesquisas com seres humanos e autorizado com o protocolo de número 65247922.4.0000.5020 (Anexo A).

3.8. Critérios de elegibilidade

- Estar devidamente matriculado no curso de graduação.
- Ter frequentado a universidade no período pré-pandemia e estar frequentando regularmente as atividades acadêmicas.
- Ter idade mínima de 18 anos.

3.9. Critérios de inelegibilidade

- Estudantes em situação de evasão institucional.

4. RESULTADOS

Dos 149 discentes que participaram desta pesquisa, 54 (36,2%) eram acadêmicos do curso de Enfermagem, 26 (17,4%) de Fisioterapia, 20 (13,4%) de Biologia e Química, 20 (13,4%) de Nutrição, 19 (12,8%) de Matemática e física, 8 (5,4%) do curso de Biotecnologia, e 2 (1,3%) de Medicina. A faixa etária prevalente no estudo foi a de estudantes de 18 à 25 anos, totalizando 99 (66,4%) dos participantes. Em seguida, temos 32 (21,5%) acadêmicos de 26 à 29 anos, 18 (12,1%) participantes que possuem mais de 30 anos.

Em Relação à cor, 105 (70,5%) dos alunos se declararam pardos/morenos, seguido de 18 (12,1%) indígenas, 17 (11,4%) brancos, 6 (4,0%) amarelos e apenas 3 (2,0%) se consideraram negros. Por sua vez, no que concerne ao estado civil da população do estudo, notou-se que cerca de 115 (77,2%) dos discentes são solteiros e 19 (12,8%) afirmaram união estável.

Avaliando o cenário socioeconômico, observou-se que 70 (47,0%) dos universitários possuem moradia própria, 45 (30,2%) moram de aluguel e 23 (15,4%) têm moradia cedida. Em relação a renda familiar, 82 (55,0%) informaram possuir até 01 salário mínimo, 51 (34,2%) têm renda entre 01 a 02 salários mínimos e apenas 16 (10,7%) relatam ganhos mensais entre 03 a 04 salários mínimos. É importante destacar que a principal fonte de renda familiar da maioria (64,8%) dos entrevistados provém de outra pessoa, enquanto que 51 (34,2%) são os principais responsáveis por sua renda.

Tabela 1 - Distribuição dos universitários segundo variáveis socioeconômicas. Coari, AM, Brasil, 2023.

Variáveis	N = 149	%
Sexo		
Feminino	97	65,1
Masculino	52	34,9
Faixa etária (anos)		
18 – 25	99	66,4
26 – 29	32	21,5
≥ 30	18	12,1
Raça autodeclarada		
Branca	17	11,4
Parda	105	70,5
Amarela	6	4,0
Negra	3	2,0
Indígena	18	12,1
Estado civil		
Solteiro	116	77,9
Não solteiro	33	22,1
Renda familiar per capita (SM)		
≤ 1	82	55,0
1 – 2	51	34,2
3 – 4	16	10,7

Fonte: Próprio autor

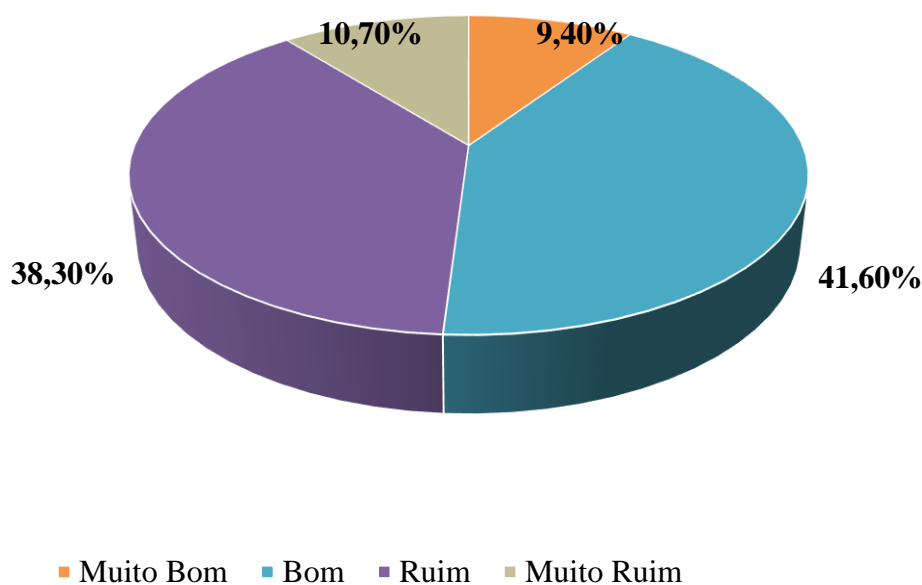
Adentrando em um dos focos do estudo, no gráfico 1, observa-se que boa parte dos estudantes (41,6%) classificou o componente qualidade subjetiva do sono como “boa” durante o último mês, seguido por 57 (38,3%) que classificaram sua qualidade do sono como “má”.

Fazendo a análise cruzada da qualidade de sono apresentada com os dados socioeconômicos, observou-se que o grupo majoritário dos participantes 44 (77,2%) que classificaram sua qualidade de sono como “Má”, se autodeclararam Pardos/Morenos. Tratando-se da faixa etária, grande parte dos participantes que consideraram sua qualidade de sono “boa”

estão na faixa dos 18 a 25 anos (66,1%), enquanto 39 (68,4%) do mesmo grupo etário classificou a qualidade de seu sono como “Má”. Outro ponto importante refere-se a renda familiar, onde a maioria dos estudantes que classificaram sua qualidade do sono como “muito má” (56,25%) possuem renda familiar de até um salário mínimo.

Associando esse componente ao curso dos participantes, houve predominância de uma qualidade de sono “muito má” no curso de enfermagem (37,5%), do mesmo modo, também houve predominância de qualidade do sono “boa” em graduandos de enfermagem (32,2%). Além disso, é importante destacar que a maioria (38,6%) dos discentes de enfermagem apresentaram uma qualidade de sono classificada como “má”, seguido pelos cursos de nutrição (15,8%), fisioterapia (14,0%) e biologia e química (14,0%).

Gráfico 1 - Componente 1: Qualidade subjetiva do sono durante o último mês de estudantes universitários. Coari – AM, Brasil, 2023.



Fonte: Próprio autor

Em relação ao componente 2 (latência do sono), ao analisar individualmente as questões, notou-se que a maioria dos estudantes (34,9%) levaram de 30 a 59 minutos para adormecer no decorrer do mês anterior à pesquisa, fato que foi reafirmado quando a maioria (39,6%) assinalou que, três ou mais vezes por semana, durante o último mês, teve dificuldade para adormecer em até 30 minutos (Tabela 2). Levando em consideração os dados fornecidos, os acadêmicos levaram em média 42,7 minutos para que o sono fosse iniciado após se recolherem para dormir.

Tabela 2 - Questões do componente 2: Latência do sono de estudantes universitários. Coari – AM, Brasil, 2023.

Questões	Nº	(%)
Tempo para adormecer		
≤ 15 minutos	40	26,8
16 à 29 minutos	18	12,1
30 à 59 minutos	52	34,9
Dificuldade para adormecer em até 30 minutos		
Maior que 60 minutos	39	26,2
Nunca no mês passado	29	19,5
Uma ou duas vezes por semana	40	26,8
Menos de uma vez por semana	21	14,1
Três ou mais vezes por semana	59	39,6

Fonte: Próprio autor.

Tratando-se da pontuação individual do componente 2, de modo geral, entre os estudantes entrevistados, 62 (41,6%) apresentaram pontuação 2, sendo destes a maioria (69,4%) sexo feminino. Além disso, fazendo uma comparação entre gêneros, a pior pontuação (3 pontos) do componente 2 foi predominante do sexo feminino (63,3%).

Em relação a faixa etária, observou-se que as piores pontuações (2 e 3) estavam entre os estudantes de 18 a 25 anos, sendo que dentre os 99 estudantes desta faixa etária 47 (47,5%) apresentaram pontuação 2 e 18 (18,2%) tiveram pontuação 3. Além disso, apenas 13 participantes apresentaram a melhor pontuação (0), sendo destes a maioria (46,2%) da faixa etária de 26 a 29 anos.

Relacionando o componente 2 com o curso, observou-se que os participantes com a pior pontuação (3 pontos), são do curso de enfermagem (30,0%) seguido pelo curso de nutrição (23,3%). Ainda, Considerando as condições socioeconômicas, notou-se que a maioria dos estudantes com pontuações 2 (59,7%) e 3 (50,0%) possuem uma renda familiar de até um salário mínimo e 45 (72,6%) e 20 (66,7%) com pontuações 2 e 3 respectivamente se

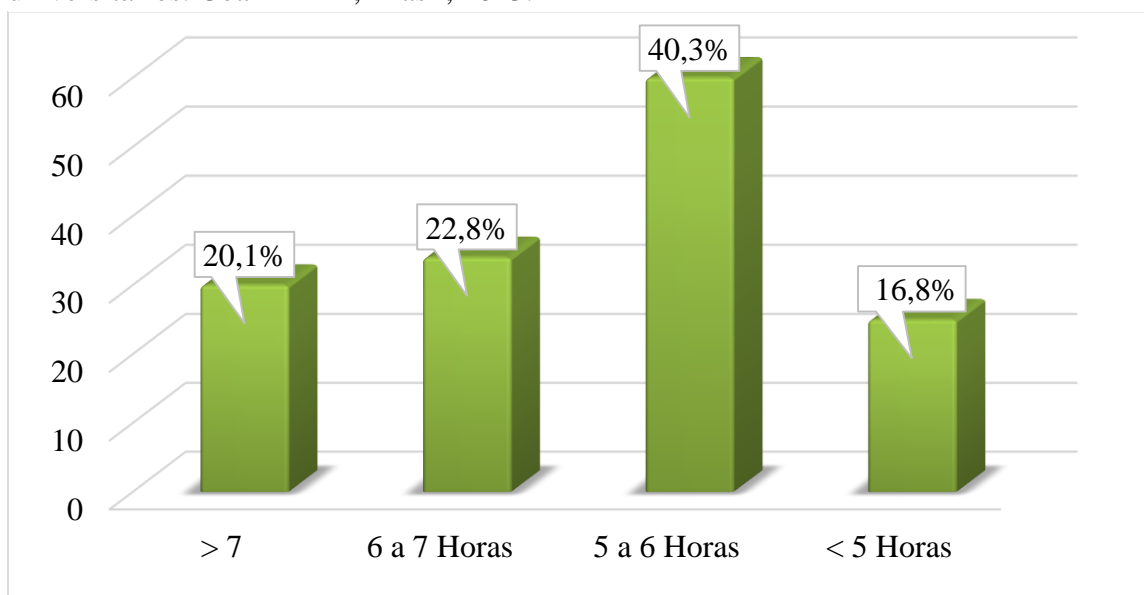
autodeclararam pardos/morenos.

No que refere a duração do sono (Componente 3), somente 30 (20,1%) dos participantes alcançaram valores superiores a sete horas de sono durante o último mês. A maioria dos entrevistados, cerca de 34 (22,8%) apresentaram um intervalo de 6 à 7 horas de sono por noite. É de suma importância evidenciar que 60 (40,3%) dos alunos apontaram que dormem de 5 à 6 horas por noite (gráfico 2).

Notou-se que a faixa etária predominante dos discentes que demonstraram números satisfatórios, no que diz respeito a duração do sono, foi a de 18 a 25 anos (76,7%), com mais de 7 horas de sono por noite, já 16 (64,0%) dessa mesma faixa etária apresentaram uma duração de sono de menos de 5 horas por noite.

As condições de moradia dos que descansam por mais de 7 horas por noite, 18 (60,0%) discentes, de modo geral é própria, da mesma forma que para os 11 (44,0%) dos que apontaram um sono com duração de no máximo 5 horas por noite. Assim como os dados apresentados em componentes anteriores referentes a renda familiar, a duração do sono de 37 (61,7%) dos discentes que possuem até um salário mínimo é de 6 a 5 horas por noite, e de 13 (52,0%) alunos que também se enquadram nessa renda é de no máximo 5 horas por noite. Já essa estimativa considerando grupos raciais, de acordo com os dados fornecidos, na população que se autodeclararam pardos/morenos, concentram-se os discentes com a pior duração de sono, sendo 16 (64,0%) com horas de sono ineficientes.

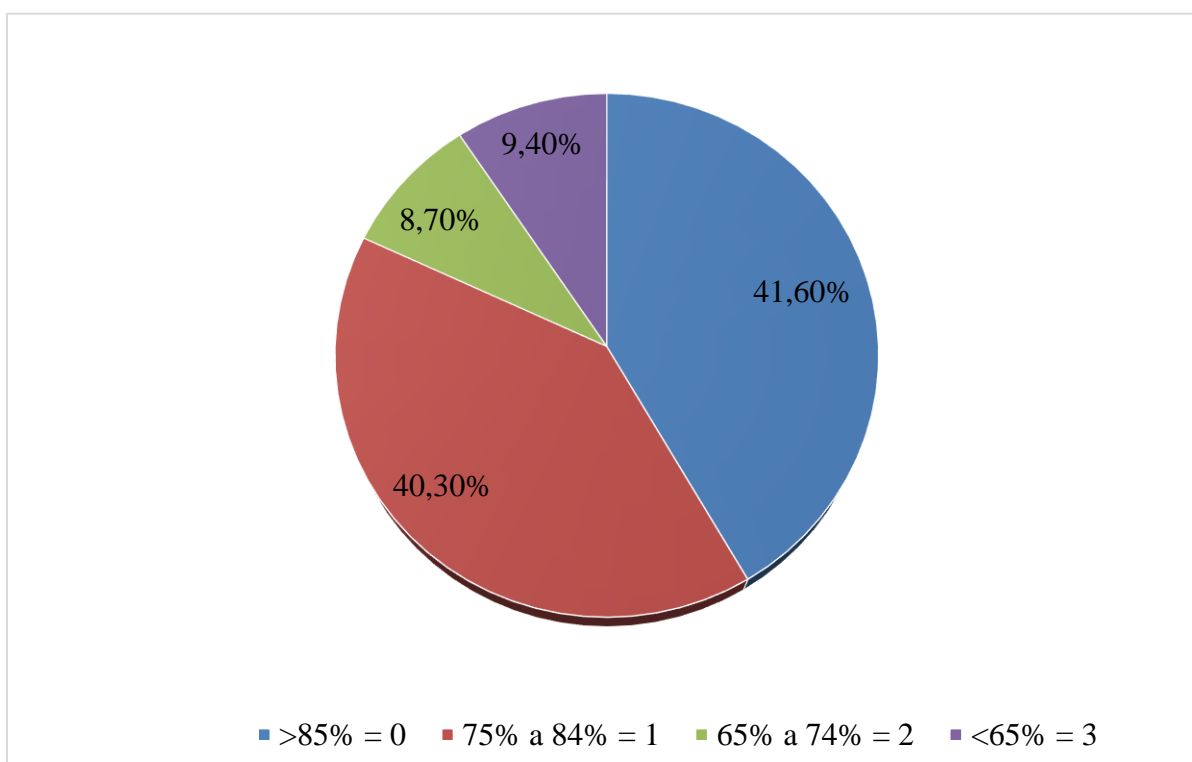
Gráfico 2 - Componente 3: Duração do sono durante o último mês de estudantes universitários. Coari – AM, Brasil, 2023.



Fonte: Próprio autor.

Observando os padrões do componente 4 – Eficiência do sono, é possível ponderar que 62 (41,6%) obtiveram um resultado de >85%, que fornece pontuação 0, identificando uma ótima eficiência do sono e que 14 (9,4%) resultaram em <65%, obtendo 3 pontos, representando uma eficiência de sono muito ruim (Gráfico 3).

Gráfico 3 - Componente 4: Eficiência do sono durante o último mês de estudantes universitários. Coari – AM, Brasil, 2023.



Fonte: Próprio autor.

Prosseguindo com os dados socioeconômicos de cada componente, o gênero feminino prevaleceu no componente 4 também, sendo em torno de 41 (42,3%) alunas que as pontuações demonstraram-se satisfatórias e 9 (9,3%) com uma pontuação que afirma que a eficiência do sono nessas discentes não é boa. A faixa etária que concentra a melhor pontuação (>85%) é de 18 a 25 anos, dispendo de 44 (44,4%) acadêmicos, assim como as piores pontuações (65%), dispendo essas de 8 (8,1%) alunos.

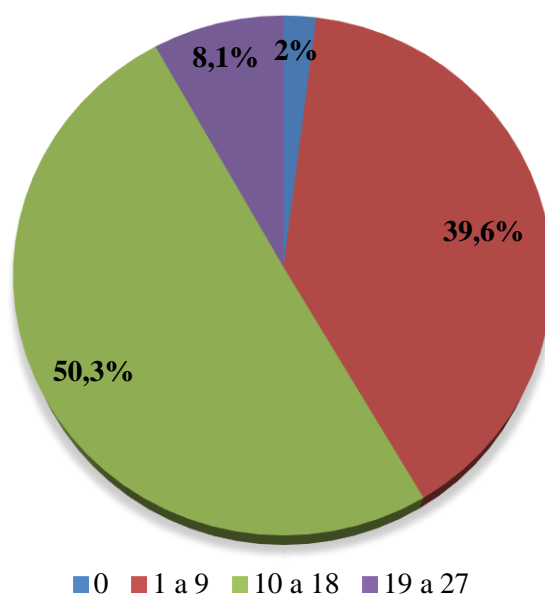
O curso com acadêmicos com as pontuações mais adequadas para esse componente prevalece o de enfermagem, agrupando pontuações ótimas em 19 (30,6%) alunos. Já o curso de Biologia e química dispõe de 6 (30,0%) discentes com pontuações ruins (<65%). As condições de moradia nesse componente, seguem o mesmo padrão dos anteriores, cerca de 36 (58,1%) dos universitários que obtiveram uma ótima pontuação (>85%), detêm casas próprias,

da mesma forma que os 6 (42,9%) alunos que tiveram a pior pontuação (<65%) para eficiência do sono.

Os dados de renda familiar demonstram que 30 (48,4%) estão com uma eficiência do sono muito boa, são de famílias que recebem até um salário mínimo, da mesma forma, entre os 14 participantes com pontuações inferiores, a maioria (57,1%) também recebem até um salário mínimo. Já as informações da raça correlacionadas com o componente em questão, apresentou que 44 (41,9%) que se autodeclararam pardos/morenos, agrupam as melhores pontuações, e 9 (8,6%) da mesma categoria portam as piores notas estabelecidas para análise.

O Componente 5 – Distúrbios do sono determina sua pontuação final através da soma dos resultados das alternativas "b" a "j" da questão 5, que variam entre perguntas como "Você acorda no meio da noite ou de madrugada?" e "Você tem dificuldade para respirar de forma satisfatória?", buscando estabelecer um padrão para essas ações. A classificação delas é baseada em uma pontuação pré-estabelecida pelo autor do questionário (Gráfico 4). Ao analisarmos os padrões do componente 5, podemos observar que 75 (50,3%) alcançaram um resultado de 2, o que se traduz em uma frequência de pontos entre 10 a 18. Seguido de 59 (39,6%) de entrevistados que pontuaram 1, equivalendo a uma pontuação individual de 1 a 9.

Gráfico 4 - Componente 5: Distúrbios do sono durante o último mês de estudantes universitários. Coari – AM, Brasil, 2023.



Fonte: Próprio autor.

A partir da análise descritiva do componente 5, observou-se que entre os discentes entrevistados, a maioria (50,3%) apresentou pontuação 2, que representa a segunda pior pontuação. Destes, houve predominância do sexo feminino (68,0%), com faixa etária de 18 a 25 anos (72,0%). Em relação ao curso dos discentes, entre os únicos 3 alunos que tiveram a pontuação considerada ótima (0), 2 (66,7%) eram dos curso de enfermagem. E entre os 12 alunos que obtiveram pontuação 3 (muito ruim), 4 (33,3%) eram graduandos de enfermagem e 4 (33,3%) do curso de biologia e química.

Em as condições socioeconômicas, entre os 75 alunos que obtiveram pontuação 2, 45 (60,0%) recebem até um salário mínimo. A predominância de discentes com baixa renda também permanece naqueles que obtiveram pontuação 3 (50,0%). Já entre os alunos que obtiveram pontuação ótima, todos (100,0%) recebem entre 1 (um) a 2 (dois) salários mínimos.

Seguindo com o componente 6 – Uso de medicação para dormir, o qual fornece sua pontuação através da atribuição de pontos pré estabelecidos para cada alternativa analisada da questão 7 do instrumento, onde é questionado a frequência de uso de medicamentos para dormir (prescritos e não prescritos) no mês anterior a pesquisa. Assim, considerando a frequência citada pelo participante em sua resposta, obtém-se os seguintes dados: 105 (70,5%) dos discentes pontuaram 0, que representa “nunca no mês passados” e 22 (14,8%) alcançaram uma pontuação de 2 significando “uma ou duas vezes na semana” (Tabela 3).

Tabela 3 - Componente 6: Uso de medicação para dormir de estudantes universitários. Coari – AM, Brasil, 2023.

Questão	Nº	(%)
Nunca	105	70,5
Menos de 1x/semana	10	6,7
1 ou 2x/semana	22	14,8
3x/semana ou mais	12	8,1

Fonte: Próprio autor

Considerando o gênero dos participantes, entre os 105 discentes que pontuaram 0, indicando que não usaram medicamentos para dormir durante o mês anterior à pesquisa, 67 (63,8%) era do sexo feminino. Do mesmo modo, também houve predomínio do sexo feminino (83,3%) entre os discentes que pontuaram 3, indicando que usaram medicações para dormir

três ou mais vezes por semana. Em relação a faixa etária, entre os que obtiveram pontuação 0, 68,6% tinham entre 18 a 25 anos, assim como a maioria (75,0%) que pontuaram 3.

É importante destacar que ao longo da pesquisa, o curso de enfermagem continuou apresentando as maiores e menores pontuações nos componentes. Uma das diferenças notáveis está nos dados do componente 6, onde a maioria (34,3%) dos discentes que pontuaram 0 são do curso de enfermagem e 50,0% dos discentes que pontuaram 3 são do curso de fisioterapia. Em relação às condições de moradia dos acadêmicos, aproximadamente 51 (48,6%) dos que pontuaram 0 e 5 (41,7%) dos que pontuaram 3 têm condições de moradia similares.

Os estudantes que obtiveram pontuação muito ruim, a maioria (50,0%) possui uma renda de até um salário, enquanto que do mesmo modo, entre aqueles com pontuação 0, houve predomínio (58,1%) da mesma faixa de renda. Considerando a cor da pele, 76 (72,4%) dos que pontuaram 0 se autodeclararam pardos/morenos, e 7 (58,3%) dos que pontuaram 3 se enquadram na mesma classificação.

Quanto ao sétimo e último componente do questionário, o mesmo se trata de uma avaliação da sonolência e disfunções diurnas, através da análise da questão 8 e 9, onde uma média entre as respostas apresentadas auxilia na obtenção da pontuação final. Assim, 60 (40,3%) pontuaram 2 que estabelece uma frequência de 1 ou 2x/semana, e 39 (26,2%) pontuaram 3 sendo 3x/semana ou mais de sonolência e disfunções diurnas (Tabela 4). Destaca-se também que entre os entrevistados, a maioria dos discentes (38,9%) ao serem questionados sobre a dificuldade para se manterem entusiasmados durante a realização de atividades (questão 9), referiu dificuldade em três ou mais vezes por semana.

Tabela 4 - Componente 7: Sonolência e disfunções diurnas de estudantes universitários. Coari – AM, Brasil, 2023.

Respostas	Nº	(%)
Nunca	18	12,1
Menos de 1x/semana	32	21,5
<i>1 ou 2x/semana</i>	60	40,3
3x/semana ou mais	39	26,2

Fonte: Próprio autor

Os dados socioeconômicos demonstram que dos 18 (12,1%) dos discentes que tiveram

pontuações 0 que refere-se a “nunca”, 11 (61,1%) são do sexo feminino e os 39 (26,2%) discentes que pontuaram 3, “3x/semana ou mais”, a maioria (79,5%) também são mulheres. Atentando agora para a idade dos participantes, 9 (50,0%) que pontuaram 0 são da faixa de 18 a 25 anos e os que pontuaram 3 (74,4%) são da mesma faixa etária citada anteriormente.

Dos cursos dispostos no estudo, dos 54 alunos do curso de enfermagem, 22 (40,7%) obtiveram pontuação 2, seguido por 19 (35,2%) dos alunos com pontuação 3. Ambas as pontuações são consideradas as piores na classificação. Por outro lado, o curso de biologia e química foi o que obteve o maior percentual de pontuação 3, representando 45% dos discentes do curso. Analisando os dados de renda familiar, observou-se que em todas as pontuações houve predominância de indivíduos com baixa renda de até um salário mínimo, representando 10 (12,2%) dos discentes com pontuação 0, 21 (25,6%) com pontuação 1, 32 (39,0%) com pontuação 2 e 19 (23,2%) com pontuação 3. Quanto a raça estabelecida por meio desses dados, segue o padrão dos componentes anteriores, onde as piores pontuações (2 e 3) são demonstradas em pessoas que se autodeclararam pardas/morenas, com 41,0% e 26,7% respectivamente.

Após analisar cada um dos componentes individualmente, obteve-se a pontuação global (resultado da soma de todos os componentes juntos). Ao concluir o cálculo para avaliar a qualidade do sono dos universitários em geral, os seguintes dados podem ser apresentados: 129 (86,6%) se enquadram na categoria de “má qualidade de sono”, enquanto 20 (13,4%) dos discentes fazem parte do grupo classificado pela pesquisa como tendo “boa qualidade de sono”. Lembrando que para a qualidade do sono ser classificada como “boa”, o discente precisa fazer uma pontuação menor que 5 ao somar todos os 7 componentes, enquanto que para a qualidade do sono ser classificada como “ruim”, a soma dos componentes precisa ultrapassar 5 pontos. Desta forma, analisando os pontos obtidos pelos discentes, observou-se uma média geral de 9,7 pontos.

Dos universitários classificados com má qualidade de sono, 85 (65,9%) são do sexo feminino, assim como 85 (65,9%) têm entre 18 e 25 anos, 48 (37,2%) são do curso de enfermagem, 70 (54,3%) possuem uma renda per capita familiar de até um salário mínimo, 59 (45,7%) têm residência própria e a maioria se autodeclara como pardos/morenos, totalizando 90 (69,8%) (Tabela 5).

Tabela 5 - Distribuição do valor global da qualidade do sono segundo as variáveis

socioeconômicas. Coari – AM, Brasil, 2023.

Variáveis	Valor global da qualidade do sono	
	Boa Qualidade do sono (n=20)	Má Qualidade do sono (n=129)
	N (%)	N (%)
Sexo		
Feminino	12 (60,0%)	85 (65,9%)
Masculino	8 (40,0%)	44 (34,1%)
Faixa etária (anos)		
18 – 25	14 (70,0%)	85 (65,9%)
26 – 29	5 (25,0%)	27 (20,9%)
≥ 30	1 (5,0%)	17 (13,2%)
Raça autodeclarada		
Branca	3 (15,0%)	14 (10,9%)
Parda	15 (75,0%)	90 (69,8%)
Amarela	0 (0,0%)	6 (4,7%)
Negra	0 (0,0%)	3 (2,3%)
Indígena	2 (10,0%)	16 (12,4%)
Renda familiar per capita (SM)		
≤ 1	12 (60,0%)	70 (54,3%)
1 – 2	7 (35,0%)	44 (34,1%)

3 – 4	1 (5,0%)	15 (11,6%)
Condições de moradia		
Própria	11 (55,0%)	59 (45,7%)
Alugada	5 (25,0%)	40 (31,0%)
Financiada	0 (0,0%)	5 (3,9%)
Cedida	3 (15,0%)	20 (15,5%)
Outro	1 (5,0%)	5 (3,9%)
Curso		
Enfermagem	6 (30,0%)	48 (37,2%)
Fisioterapia	3 (15,0%)	23 (17,8%)
Nutrição	3 (15,0%)	17 (13,2%)
Medicina	0 (0,0%)	2 (1,6%)
Matemática e física	3 (15,0%)	16 (12,4%)
Biologia e química	2 (10,0%)	18 (14,0%)
Biotecnologia	3 (15,0%)	5 (3,9%)

Fonte: Próprio autor

De acordo com a análise realizada, cerca de 50 (33,6%) dos acadêmicos relataram que precisaram de acompanhamento psicológico nos últimos 2 anos. No geral, 40 (26,8%) alunos foram atendidos com sinais/sintomas de ansiedade, 8 (5,4%) apresentaram quadros de depressão e 2 (1,3%) obtiveram acompanhamento devido a síndrome do pânico. Sobre o local de acompanhamento psicológico, dos 50 alunos que informaram realizar tal acompanhamento, a maioria (38,0%) informou ser atendido no Centro de Atenção Psicossocial (CAPS) do município, enquanto que 16 (32,0%) informou receber assistência em instituição particular. Importante destacar ainda que apenas 10 (20,0%) dos alunos relataram receber assistência psicológica da universidade.

5. DISCUSSÃO

Neste estudo, avaliamos a qualidade do sono de 149 estudantes universitários do Instituto de Saúde e Biotecnologia – ISB de Coari, AM, analisando vários componentes que contribuem para a compreensão desse aspecto crucial de como uma boa qualidade de sono reflete diretamente na saúde do indivíduo (MIRANDA et al., 2020; SANTANA, et al., 2021).

Muitos estudantes universitários nesta pesquisa relataram ter tido problemas com o sono no último mês. Comparando com estudos similares, observamos que uma parcela significativa de estudantes universitários expressou insatisfação com a qualidade de seu sono. A avaliação subjetiva da qualidade do sono desempenha um papel fundamental na compreensão do padrão de sono humano. Portanto, é crucial que os universitários estejam conscientes de sua própria percepção em relação ao sono. Além disso, pesquisas anteriores ressaltaram que a insatisfação com o sono pode ser um indicador mais preciso de distúrbios do sono do que a mera presença de insônia (DE SOUZA, et al., 2021).

Em relação à amostra, observamos uma representação diversificada de cursos, faixas etárias, raças, estado civil, condições de moradia e renda familiar. Segundo os dados apresentados no estudo, mais de 70% dos participantes se identificaram como pardos/morenos. Outrossim, no decorrer da análise da renda familiar, notou-se que a renda mensal de grande parte dos universitários é menor ou igual a 01 salário mínimo, o que equivale anualmente a 15.840 reais. Logo, o perfil traçado do típico estudante universitário do ISB em Coari: pardo/moreno, com baixa renda familiar, que muitas vezes precisa conciliar os estudos com trabalho (SOUZA, 2020).

Ao avaliar a variável sexo, observou-se a predominância de estudantes do sexo feminino na pesquisa reflete uma tendência comum em muitos cursos universitários, especialmente nas áreas de saúde e ciências sociais (DANTAS, 2020; BORGES, SAMPAIO, 2019). Fator que podemos atribuir as conquistas das mulheres ao acesso ao ensino superior e ao mercado de trabalho (VERAS, et al., 2020).

No que diz respeito à qualidade subjetiva do sono (Componente 1), os resultados mostraram que uma parcela considerável dos estudantes (38,3%) classificou sua qualidade de sono como "má". Esse achado é consistente com pesquisas anteriores que indicam que os estudantes universitários frequentemente enfrentam desafios relacionados ao sono. Fatores como carga de estudo, vida social e responsabilidades, os levando ao ato de se contrapor ao sono para que os deveres propostos sejam realizados, o que pode contribuir para o desencadeamento de problemas do sono nessa população (OLIVEIRA, et al., 2019).

Analisando os dados cruzados, observamos que a maioria dos estudantes que classificaram sua qualidade de sono como "má" pertence ao grupo de pardos/morenos. Além disso, a faixa etária de 18 a 25 anos apresentou tanto a melhor qualidade do sono como a pior. Esse resultado sugere a necessidade de abordagens específicas para melhorar o sono desses grupos (ARAÚJO; LOPES 2021).

No Componente 2 (latência do sono), verificamos que a maioria dos estudantes levou de 30 a 59 minutos para adormecer, e a média foi de 42,7 minutos. Isso indica uma latência do sono considerável, o que pode estar relacionado a fatores como ansiedade, estresse e má higiene do sono (LEITE, 2020). Novamente, a faixa etária de 18 a 25 anos se destacou, com a maioria dos estudantes apresentando latência do sono nessa faixa.

Associando a latência do sono ao curso dos participantes, o curso de Enfermagem se destacou com uma qualidade de sono "muito má" para 37,5% dos estudantes. Um estudo desenvolvido em uma universidade privada cearense, obteve dados semelhantes quanto à predominância de maus dormidores no curso de enfermagem, apresentando um resultado de 59% de acadêmicos com má qualidade de sono (MORAES, et al., 2022). Isso pode estar relacionado ao ambiente de alta pressão e horários irregulares comuns no campo da saúde (COSTA, 2021).

No Componente 3 (duração do sono), observamos que a maioria dos estudantes dorme de 5 a 6 horas por noite, o que está abaixo das recomendações de sono para adultos. A faixa etária de 18 a 25 anos apresentou tanto os melhores quanto os piores padrões de duração do sono. Uma pesquisa realizada na Universidade São caetano do sul apontou que cerca de 49,3% dos discentes entrevistados dormiam de 5 a 6 horas por noite, Resultando em episódios de sonolência diurna (PASCOTTO; SANTOS, 2013). As condições de moradia e a renda familiar também desempenharam um papel significativo, com aqueles com renda mais baixa e moradia cedida tendo piores padrões de sono (CARVALHO; SILVEIRA, 2021).

No Componente 4 (eficiência do sono), a maioria dos estudantes obteve uma eficiência de sono "ótima" (pontuação 0). O curso de Enfermagem mais uma vez apresentou a predominância de qualidade de sono "má", o que pode estar relacionado à natureza exigente do campo da saúde. Analisando um estudo desenvolvido em uma universidade comunitária do sul do Brasil, é possível observar que 58,4% dos estudantes afirmaram dormir mal. Ainda nesse estudo, é ressaltada a exigência emocional e física a que os profissionais da área da saúde estão sujeitos desde a graduação até a prática profissional (DOS SANTOS et al., 2016).

No Componente 5 (distúrbios do sono), a maioria dos estudantes relatou poucos

distúrbios do sono, mas um número significativo pontuou de forma negativa. Fatores socioeconômicos, como renda e raça, parecem influenciar esses resultados, com aqueles com renda mais baixa e autodeclarados como pardos/morenos apresentando mais distúrbios do sono (CARVALHO; SILVEIRA, 2021). Em uma pesquisa desenvolvida por Da Silva (2022) foi demonstrado que 58,8% dos universitários afirmaram que a renda mensal não é suficiente para manutenções das atividades, constatando em seguida que não possuir renda mensal suficiente implica diretamente na redução da eficiência habitual do sono.

No Componente 6 (uso de medicação para dormir), a maioria dos estudantes relatou não usar medicação para dormir. Isso é uma descoberta positiva, pois o uso excessivo de medicamentos para dormir pode levar a dependência e efeitos colaterais prejudiciais (ARAÚJO, et al.,2022). Observando um estudo elaborado por Carneiro (2021), boa parte da população do estudo, cerca de 165 dos 180 apontaram que não fazem uso de medicações para dormir, mas os que utilizam desconhecem os efeitos ou o mecanismo de ação das medicações utilizadas (CARNEIRO, 2020).

Finalmente, no Componente 7 (sonolência e disfunções diurnas), a maioria dos estudantes relatou experimentar sonolência ocasional, mas não em excesso. Fatores como gênero, idade, curso, condições de moradia, renda e raça também desempenharam um papel crucial na avaliação da sonolência (CARVALHO; SILVEIRA, 2021).

A análise global da qualidade do sono revelou que a grande maioria dos estudantes (86,6%) apresentou "má qualidade de sono". Isso é preocupante, pois a má qualidade do sono pode ter sérios impactos na saúde física e mental, no desempenho acadêmico e na qualidade de vida. É importante destacar que a maioria dos estudantes com má qualidade de sono pertence a grupos de vulnerabilidades socioeconômicas. De acordo com Figueredo (2020) a insuficiência de sono desencadeia vias associadas ao estresse, como o eixo HPA e o sistema nervoso simpático, resultando em um impacto indireto no metabolismo do sujeito. Portanto, a falta de sono de qualidade pode ocasionar modificações significativas no desempenho físico, ocupacional, cognitivo e social da pessoa, prejudicando consideravelmente sua qualidade de vida.

Além disso, dados coletados no decorrer da pesquisa revelam uma preocupante realidade no cenário acadêmico contemporâneo, onde quase um terço dos estudantes universitários admite a necessidade de apoio psicológico nos últimos dois anos, principalmente devido à ansiedade. Esses números lançam luz sobre a necessidade urgente de uma abordagem holística para a saúde dos alunos, indo além da simples qualidade do sono. Para garantir o

sucesso educacional e pessoal dos estudantes, as instituições de ensino devem intensificar seus esforços na oferta de serviços de apoio psicológico acessíveis e eficazes, promovendo, assim, um ambiente propício ao bem-estar emocional e mental dos acadêmicos. Essa abordagem beneficia não apenas os alunos individualmente, mas também contribui para uma comunidade acadêmica mais saudável e produtiva como um todo. Paralelamente, à luz das observações feitas por Ladeia (2021), é sabido que, ao ingressar em uma universidade, os indivíduos enfrentam diversas demandas que precisam ser superadas. A adaptação a essa nova rotina é essencial, e, para enfrentar esse desafio, muitos desenvolvem várias estratégias para lidar com sintomas de ansiedade e depressão, sendo o apoio psicológico muitas vezes o último recurso procurado pelos acadêmicos.

6. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo revela que a qualidade do sono dos estudantes universitários em Coari, AM, Brasil, em 2023, é predominantemente insatisfatória, com a maioria dos estudantes enfrentando desafios relacionados ao sono. Fatores como faixa etária, curso, condições de moradia, renda e raça desempenham um papel significativo na qualidade do sono e na presença de distúrbios do sono.

A má qualidade do sono pode ter sérios impactos na saúde e no desempenho acadêmico dos estudantes. Portanto, são necessárias medidas para abordar esse problema, incluindo a promoção de hábitos de sono saudáveis, o acesso a serviços de saúde mental e o apoio a estudantes de grupos socioeconômicos desfavorecidos.

É importante considerarmos que, mais pesquisas são necessárias para entender completamente os fatores que contribuem para a qualidade do sono dos estudantes universitários e desenvolver intervenções eficazes para melhorar sua qualidade de vida.

REFERÊNCIAS

- ARAÚJO, Mayonara Fabíola Silva et al. Fatores associados aos problemas de sono e ao uso de medicação para dormir em brasileiros. **Revista de Saúde Pública**, v. 56, 2022.
- ARAÚJO, Mayonara Fabíola Silva et al. Qualidade do sono e sonolência diurna em estudantes universitários: prevalência e associação com determinantes sociais. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 45, 2021.
- Bertolazi AN. **Tradução, adaptação cultural e validação de instrumentos de avaliação de sono: escala de sonolência de Epworth e índice de qualidade de sono de Pittsburgh** [dissertação]. Porto Alegre: Universidade Federal do Rio Grande do Sul; 2008.
- BUYSSE, Daniel J. et al. **The Pittsburgh Sleep Quality Index: a new instrument for psychiatric practice and research**. *Psychiatry research*, v. 28, n. 2, p. 193-213, 1989.
- CARNEIRO, Nathalia Bufaiçal Rassi; DOS SANTOS GOMES, Daniela Alves; BORGES, Leonardo Luiz. Perfil de uso de metilfenidato e correlatos entre estudantes de medicina. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 13, n. 2, p. e5419-e5419, 2021.
- CARVALHO, Thays Maria da Conceição Silva et al. Qualidade do sono e sonolência diurna entre estudantes universitários de diferentes áreas. **Revista Neurociências**, v. 21, n. 3, p. 383-387, 2013.
- COUTO, Edvaldo Souza et al. **# fiqueemcasa: educação na pandemia da COVID-19**. **Educação**, v. 8, n. 3, p. 200-217, 2020.
- COSTA, Ana Lucia Siqueira et al. Estresse, má qualidade do sono e desfechos negativos a saúde em estudantes de enfermagem. **Journal Health NPEPS**, v. 6, n. 2, p. 164-184, 2021.
- DANTAS, Alina Batista et al. Síndrome de Burnout em estudantes de um curso de graduação em medicina com metodologias ativas de ensino-aprendizagem. **Bionorte**, v. 9, n. 1, p. 36-46, 2020
- DE ARAÚJO, Márcio Flávio Moura et al. **AValiação da qualidade do sono de estudantes universitários de Fortaleza-CE1**, 2020.
- DE CARVALHO, Carla Jesus; DE ARAÚJO SILVEIRA, Maria de Fátima. (Sobre)

vivências, saúde mental e enfrentamento à pandemia de universitários em vulnerabilidade socioeconômica. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 14, p. e288101421955-e288101421955, 2021.

DOS SANTOS JUNIOR, Verissimo Barros; DA SILVA MONTEIRO, Jean Carlos. **Educação e covid-19: as tecnologias digitais mediando a aprendizagem em tempos de pandemia**. Revista Encantar, v. 2, p. 01-15, 2020.

DOS SANTOS, Renan Rosa et al. SINTOMAS DE DISTÚRBIOS PSÍQUICOS MENORES EM ESTUDANTES DE ENFERMAGEM. **Revista Baiana de Enfermagem**, v. 30, n. 3, 2016.

FERREIRA, Alessandra Rabêlo Viana et al. Análise da associação entre qualidade do sono e qualidade de vida de estudantes universitários. **Brazilian Journal of Development**, v. 8, n. 2, p. 11508-11521, 2022.

FIGUEIREDO, João et al. O impacto do stress e do burnout na qualidade do sono em profissionais de saúde e docentes. In: **International Symposium on Occupational Safety and Hygiene: Proceedings Book of the SHO2020**. Sociedade Portuguesa de Segurança e Higiene Ocupacionais-SPOSHO, 2020.

MACUÁCUA, Xadrequ Vitorino et al. A avaliação do rendimento acadêmico de estudantes em modalidade de ensino remoto durante a pandemia de COVID-19 em Manaus. **Revista de Ensino, Educação e Ciências Humanas**, v. 22, n. 3, p. 401-411, 2021.

MORAIS, Huana Carolina Cândido et al. Fatores associados a qualidade do sono ruim em universitários de enfermagem de uma universidade privada cearense. **O Mundo da Saúde**, v. 46, p. 003-011, 2022.

HERNÁNDEZ-TORRANO, Daniel et al. **Mental health and well-being of university students: A bibliometric mapping of the literature**. *Frontiers in Psychology*, v. 11, p. 1226, 2020.

KESSLER, Ronald C. et al. Lifetime prevalence and age-of-onset distributions of mental disorders in the World Health Organization's World Mental Health Survey Initiative. **World psychiatry**, v. 6, n. 3, p. 168, 2007. LIMA, C. K. T. et al. R, de Souza,

RI, y Neto. **MLR**, 2020.

LEITE, Bárbara Ramos et al. Associação entre qualidade do sono e ansiedade em acadêmicos de medicina. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 3, n. 3, p. 6528-6543, 2020.

MERRILL, Ray M. Mental Health Conditions According to Stress and Sleep Disorders. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 19, n. 13, p. 7957, 2022.

MIRANDA, Tainara Sales et al. **Incidência dos casos de transtornos mentais durante a pandemia da COVID-19**. Revista Eletrônica Acervo Científico, v. 17, p. e4873-e4873, 2020.

MIRANDA, Ingridy Priscila Veloso; PASSOS, Marco Aurélio Ninomia. Sono: fator de risco para a qualidade de vida do profissional de saúde. **Revista JRG de Estudos Acadêmicos**, v. 3, n. 7, p. 336-346, 2020.

MORAES, Caio AT et al. **Qualidade de sono em estudantes de medicina do método de aprendizado baseado em problemas**. Medicina (Ribeirão Preto), v. 46, n. 4, p. 389-397, 2013.

OBRECHT, Andrea et al. **Análise da qualidade do sono em estudantes de graduação de diferentes turnos**. Revista Neurociências, v. 23, n. 2, p. 205-210, 2015.

OLIVEIRA, Gabriela; DA SILVA, Isabel Batista; DE OLIVEIRA, Elizabete Regina Araújo. O sono na adolescência e os fatores associados ao sono inadequado. **Revista Brasileira de Pesquisa em Saúde/Brazilian Journal of Health Research**, v. 21, n. 1, p. 135-145, 2019.

Pandemia de COVID-19 desencadeia aumento de 25% na prevalência de ansiedade e depressão em todo o mundo. **PAHO**, 2022. Disponível em: <<https://www.paho.org/pt/noticias/2-3-2022-pandemia-covid-19-desencadeia-aumento-25-na-prevalencia-ansiedade-e-depressao-em>>. Acesso em: 4 de agosto de 2022.

PASSOS, Muana HP et al. **Reliability and validity of the Brazilian version of the Pittsburgh Sleep Quality Index in adolescents**. Jornal de pediatria, v. 93, p. 200-206, 2017.

PASCOTTO, Ana Carolina; SANTOS, BRM dos. Avaliação da qualidade do sono em estudantes de ciências da saúde. **J Health Sci Inst**, v. 31, n. 3, p. 306-10, 2013.

PEREIRA, Ana Raquel do Souto. **Hábitos de sono em estudantes universitários**. 2013. Tese de Doutorado. [sn].

PEREIRA, Mara Dantas et al. **A pandemia de COVID-19, o isolamento social, consequências na saúde mental e estratégias de enfrentamento: uma revisão integrativa**. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 7, p. e652974548-e652974548, 2020.

QIU, Jianyin et al. A nationwide survey of psychological distress among Chinese people in the COVID-19 epidemic: implications and policy recommendations. **General psychiatry**, v. 33, n. 2, 2020.

RUBIN, G. James; WESSELY, Simon. The psychological effects of quarantining a city. **Bmj**, v. 368, 2020.

SANTANA, Thaís Pereira et al. Sono e imunidade: papel do sistema imune, distúrbios do sono e terapêuticas/Sleep and immunity: role of the immune system, sleep disorders and treatment. **Brazilian Journal of Development**, v. 7, n. 6, p. 55769-55784, 2021.

SOUZA, P. G. A. DE et al. Perfil Socioeconômico e Racial de Estudantes de Medicina em uma Universidade Pública do Rio de Janeiro. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 44, n. 3, p. 1-11, 2020.

DE SOUZA, Andressa P.; MURGO, Câmélia Santana; DE OLIVEIRA BARROS, Leonardo. Adaptação Acadêmica em Universitários: Associações com Estresse e Qualidade do Sono. **Revista Psicologia: Teoria e Prática**, v. 23, n. 3, p. ePTPPA13275-ePTPPA13275, 2021.

SCHÖNFFELDT, Sofia Daniela Giacobbo; BUCKER, Joana. **Saúde mental de pais durante a pandemiada COVID-19**. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 71, p. 126-132, 2022.

SHER, Leo. COVID-19, anxiety, sleep disturbances and suicide. **Sleep medicine**, v. 70, p. 124, 2020.

VERAS, Renata Meira et al. Perfil socioeconômico e expectativa de carreira dos estudantes de Medicina da Universidade Federal da Bahia. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 44, 2020.

TANG, Fang; BYRNE, Majella; QIN, Ping. Psychological distress and risk for suicidal behavior among university students in contemporary China. **Journal of affective disorders**, v. 228, p. 101-108, 2018.



Pode Executivo
Ministério da Educação
Universidade Federal do Amazonas
Instituto de Saúde e Biotecnologia



UFAM

APÊNDICE A – INSTRUMENTO DE COLETA DE DADOS

PROJETO: Distúrbios do sono pós-pandemia em discentes de graduação do ISB/UFAM, no município de Coari – AM.

Discentes: Letícia Seixas Severino.

Responsável: Prof.^a Esp. Jéssica Karoline Alves Portugal

INFORMAÇÕES GERAIS	
Inicial do nome: _____	
Data: ____/____/____	

SEÇÃO A – INFORMAÇÕES SOCIODEMOGRÁFICAS E ECONÔMICAS	
A1. Data de nascimento: ____/____/____	A2. Idade: __ __
A3. Estado civil: 1) Solteira <input type="checkbox"/> 2) Separada/divorciada <input type="checkbox"/> 3) Viúva <input type="checkbox"/> 4) Casada no civil <input type="checkbox"/> 5) Casada no religioso <input type="checkbox"/> 6) Casada no civil e religioso <input type="checkbox"/> 7) Mora junto (união estável) <input type="checkbox"/>	A4. Curso/ Período: 1) Enfermagem: _____ <input type="checkbox"/> 2) Fisioterapia: _____ <input type="checkbox"/> 3) Nutrição: _____ <input type="checkbox"/> 4) Medicina: _____ <input type="checkbox"/> 5) Matemática e física: _____ <input type="checkbox"/> 6) Biologia e química: _____ <input type="checkbox"/> 7) Biotecnologia: _____ <input type="checkbox"/>
A5. Ano de ingresso na universidade: _____.	A6. Trancou o curso nos últimos 2 anos? S <input type="checkbox"/> N <input type="checkbox"/> . Se sim, qual o motivo? _____
A7. Fez ou faz acompanhamento psicológico nos últimos dois anos? S <input type="checkbox"/> N <input type="checkbox"/> . Se sim, por qual motivo? 1) Ansiedade <input type="checkbox"/> 2) Depressão <input type="checkbox"/> 3) Síndrome do Pânico <input type="checkbox"/> 4) Outros: _____ <input type="checkbox"/>	A8. Caso tenha/tido acompanhamento psicológico, o mesmo foi fornecido por qual instituição? 1) UFAM <input type="checkbox"/> 2) CAPES/SUS <input type="checkbox"/> 3) Particular <input type="checkbox"/> 4) Outro: _____
A9. Religião: 1) Católica <input type="checkbox"/> 2) Evangélica <input type="checkbox"/> 3) Espírita <input type="checkbox"/>	A10. Como considera a cor da pele/raça: 1) Branca <input type="checkbox"/> 2) Parda/morena <input type="checkbox"/> 3) Amarela <input type="checkbox"/>



Pode Executivo
Ministério da Educação
Universidade Federal do Amazonas
Instituto de Saúde e Biotecnologia



UFAM

4) Nenhuma <input type="checkbox"/> 5) Outra: _____ <input type="checkbox"/>	4) Negra <input type="checkbox"/> 5) Indígena <input type="checkbox"/>
A11. Condições de moradia: 1) Própria <input type="checkbox"/> 2) Alugada <input type="checkbox"/> 3) Financiada <input type="checkbox"/> 4) Cedida <input type="checkbox"/> 5) Outras: _____ <input type="checkbox"/>	A12. Quantas pessoas moram na residência citada? _____
A13. Você possui quarto? S <input type="checkbox"/> N <input type="checkbox"/> Caso possua: Individual <input type="checkbox"/> ou Compartilhado <input type="checkbox"/> _____ (especifique a quantidade pessoas).	A14. Tipo de moradia: 1) Alvenaria <input type="checkbox"/> 2) Madeira <input type="checkbox"/> 3) Flutuante <input type="checkbox"/> 4) Outros: _____ <input type="checkbox"/>
A15. Você dorme em: 1) Cama <input type="checkbox"/> 2) Rede <input type="checkbox"/> 3) Colchão <input type="checkbox"/> 4) Outro: _____ <input type="checkbox"/>	A16. Sua residência possui saneamento básico? S <input type="checkbox"/> N <input type="checkbox"/>

A17. Ocupação: _____	A18. Renda familiar mensal: _____
A19. Quem é a principal fonte de renda da residência? 1) Você <input type="checkbox"/> 2) Outro <input type="checkbox"/>	A20. Você recebe algum auxílio financeiro da universidade e/ou outro? S <input type="checkbox"/> N <input type="checkbox"/> . Se sim, especifique: 1) Acadêmico <input type="checkbox"/> 2) Moradia <input type="checkbox"/> 3) PIBIC <input type="checkbox"/> 4) Monitoria <input type="checkbox"/> 5) Outro: _____
A22. Estimativa mensal de gastos gerais (gasolina, alimentação, etc): _____ reais.	A23. Qual dispositivo você utiliza para estudar? 1) Celular → S <input type="checkbox"/> N <input type="checkbox"/> 2) Notebook → S <input type="checkbox"/> N <input type="checkbox"/> 3) Internet → S <input type="checkbox"/> N <input type="checkbox"/> 4) Livro → S <input type="checkbox"/> N <input type="checkbox"/> 5) Outro: _____
A24. Você faz uso de algum medicamento para dormir? S <input type="checkbox"/> N <input type="checkbox"/> . Se sim, qual? _____.	A25. Qual o meio de transporte utilizado com mais frequência para se locomover até a universidade? 1) Carro <input type="checkbox"/>



Pode Executivo
Ministério da Educação
Universidade Federal do Amazonas
Instituto de Saúde e Biotecnologia



Possui prescrição médica? S <input type="checkbox"/> N <input type="checkbox"/> .	2) Moto <input type="checkbox"/>
	3) Bicicleta <input type="checkbox"/>
	4) Andando <input type="checkbox"/>
	5) Outro: _____ <input type="checkbox"/>

SEÇÃO B – Escala de Pittsburgh Para Avaliação da Qualidade do Sono

As questões seguintes referem-se aos seus hábitos de sono durante o mês passado. Suas respostas devem demonstrar, de forma mais precisa possível, o que aconteceu na maioria dos dias e noites apenas desse mês.

1) Durante o mês passado, a que horas você foi habitualmente dormir?

Horário habitual de dormir:.....

2) Durante o mês passado, quanto tempo (em minutos) habitualmente você levou para adormecer à cada noite:

Número de minutos.....

3) Durante o mês passado, a que horas você habitualmente despertou?

Horário habitual de despertar:.....

4) Durante o mês passado, quantas horas de sono realmente você teve à noite? (isto pode ser diferente do número de horas que você permaneceu na cama)

Horas de sono por noite:.....

Para cada uma das questões abaixo, marque a melhor resposta. Por favor, responda a todas as questões.

5) Durante o mês passado, com que frequência você teve problemas de sono porque você...

a. não conseguia dormir em 30 minutos

()nunca no mês passado



-
- uma ou duas vezes por semana
- menos de uma vez por semana
- três ou mais vezes por semana
- b. Despertou no meio da noite ou de madrugada
- nunca no mês passado
- uma ou duas vezes por semana
- menos de uma vez por semana
- três ou mais vezes por semana
- c. Teve que levantar à noite para ir ao banheiro
- nunca no mês passado
- uma ou duas vezes por semana
- menos de uma vez por semana
- três ou mais vezes por semana
- d) Não conseguia respirar de forma satisfatória
- nunca no mês passado
- uma ou duas vezes por semana
- menos de uma vez por semana
- três ou mais vezes por semana
- e) Tossia ou roncava alto
- nunca no mês passado
- uma ou duas vezes por semana
- menos de uma vez por semana
- três ou mais vezes por semana
- f) Sentia muito frio



- nunca no mês passado
- uma ou duas vezes por semana
- menos de uma vez por semana
- três ou mais vezes por semana

g) Sentia muito calor

- nunca no mês passado
- uma ou duas vezes por semana
- menos de uma vez por semana
- três ou mais vezes por semana

h) Tinha sonhos ruins

- nunca no mês passado
- uma ou duas vezes por semana
- menos de uma vez por semana
- três ou mais vezes por semana

i) Tinha dor

- nunca no mês passado
- uma ou duas vezes por semana
- menos de uma vez por semana
- três ou mais vezes por semana

j) outra razão (por favor, descreva)

k) Durante o mês passado, com que frequência você teve problemas com o sono por essa causa acima?

- nunca no mês passado
- uma ou duas vezes por semana
- menos de uma vez por semana



-
- três ou mais vezes por semana
- 6) Durante o mês passado, como você avaliaria a qualidade geral do seu sono?
- muito bom
- bom
- ruim
- muito ruim
- 7) Durante o mês passado, com que frequência você tomou medicamento (prescrito ou por conta própria) para ajudar no sono?
- nunca no mês passado
- uma ou duas vezes por semana
- menos de uma vez por semana
- três ou mais vezes por semana
- 8) Durante o mês passado, com que frequência você teve dificuldades em permanecer acordado enquanto estava dirigindo, fazendo refeições, ou envolvido em atividades sociais?
- nunca no mês passado
- uma ou duas vezes por semana
- menos de uma vez por semana
- três ou mais vezes por semana
- 9) Durante o mês passado, quanto foi problemático para você manter-se suficientemente entusiasmado ao realizar suas atividades?
- nunca no mês passado
- uma ou duas vezes por semana
- menos de uma vez por semana
- três ou mais vezes por semana
- 10) Você divide com alguém o mesmo quarto ou a mesma cama?



-) mora só
-) divide o mesmo quarto, mas não a mesma cama
-) divide a mesma cama

Se você divide com alguém o quarto ou a cama, pergunte a ele(a) com qual frequência durante o último mês você tem tido:

- a) Ronco alto
 -) nunca no mês passado
 -) uma ou duas vezes por semana
 -) menos de uma vez por semana
 -) três ou mais vezes por semana

- b) Longas pausas na respiração enquanto estava dormindo
 -) nunca no mês passado
 -) uma ou duas vezes por semana
 -) menos de uma vez por semana
 -) três ou mais vezes por semana

- c) Movimentos de chutar ou sacudir as pernas enquanto estava dormindo
 -) nunca no mês passado
 -) uma ou duas vezes por semana
 -) menos de uma vez por semana
 -) três ou mais vezes por semana

- d) Episódios de desorientação ou confusão durante a noite?
 -) nunca no mês passado
 -) uma ou duas vezes por semana
 -) menos de uma vez por semana
 -) três ou mais vezes por semana



Pode Executivo
Ministério da Educação
Universidade Federal do Amazonas
Instituto de Saúde e Biotecnologia



e) Outras inquietações durante o sono (por favor, descreva):

OBRIGADA PELA SUA COLABORAÇÃO



APÊNDICE B – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

O(A) Sr(a) está sendo convidado a participar do projeto de pesquisa intitulado “Distúrbios do sono pós pandemia em discentes de graduação do ISB/UFAM, no município de Coari – AM”, desenvolvido pela acadêmica: Letícia Seixas Severino, sob orientação da pesquisadora Prof.^a Esp. Jéssica Karoline Alves Portugal.

Os objetivos do projeto são: Analisar a prevalência de distúrbios do sono pós-pandemia em discentes de graduação do ISB/UFAM, no município de Coari – AM; reconhecer os principais fatores que contribuíram para desenvolvimento dos distúrbios do sono pós-pandemia nos discentes; mensurar as consequências dos distúrbios do sono pós-pandemia, no cotidiano dos acadêmicos e identificar o padrão de sono dos estudantes universitários. O(A) Sr(a) está sendo convidado a participar pois fazer atende aos critérios que o estudo dispõe.

O(A) Sr(a). tem de plena liberdade de recusar-se a participar ou retirar seu consentimento, em qualquer fase da pesquisa, sem a necessidade de expor os motivos do interrompimento da sua contribuição com a pesquisa. A sua participação é voluntária e a recusa em participar não trará qualquer penalidade ou prejuízo em sua relação com o pesquisador ou a instituição. A pesquisa ocorrerá na Universidade Federal do Amazonas – Campus Coari (ISB), respeitando todas as normas vigentes para controle e prevenção do novo Coronavírus, como uso de máscaras, álcool em gel e distanciamento seguro durante as entrevistas.

Caso aceite, sua contribuição será mediante o preenchimento de um questionário que será aplicado e recolhido pela relatora. Todas as dúvidas e questionamentos referente ao preenchimento do questionário e sobre a pesquisa, serão respondidos pela relatora no decorrer da aplicação.

Toda pesquisa com seres humanos envolve riscos aos participantes. Nesta pesquisa os riscos para o(a) Sr.(a) são: o desconforto em fornecer informações pessoais. Tendo em vista o risco de vazamento de dados pessoais e perda do anonimato, a pesquisa poderá acarretar no constrangimento pelo fornecimento de informações pessoais e sigilosas, além de cansaço e dispêndio de tempo para responder o questionário, fazendo-o se ausentar de suas atividades acadêmicas durante a entrevista. Todavia, com o desígnio de atenuar os riscos, todas as informações necessárias para a sua participação satisfatória serão fornecidas, para que a entrevista seja realizada de forma rápida e eficiente após o esclarecimento das dúvidas.



No que se refere a preservação dos dados coletados, serão seguidos minuciosamente todos os quatro princípios bioéticos: beneficência, não maleficência, autonomia e justiça, visando transmitir segurança e a seriedade do estudo. Os dados coletados ficarão disponíveis em apenas um computador, e não serão compartilhados com indivíduos que não fazem parte da equipe científica. Os riscos serão minimizados através da garantia do sigilo e a restrição ao acesso as informações fornecidas pelo o(a) Sr.(a) por pessoas que não compõem a elaboração do estudo.

Também são esperados os seguintes benefícios com esta pesquisa, tais como, a identificação dos principais fatores que levaram ao desenvolvimento de determinado distúrbio do sono; contribuição científica no desenvolvimento de trabalhos e resumos sobre o tema e a identificação de possíveis métodos que busquem abrandar os danos observados, resultantes do período pandêmico.

Se julgar necessário, o(a) Sr(a) dispõe de tempo para que possa refletir sobre sua participação, consultando, se necessário, seus familiares ou outras pessoas que possam ajudá-los na tomada de decisão livre e esclarecida.

A sua participação no estudo não acarretará custos para o(a) Sr(a) e caso ocorram gastos pessoais ligados à participação da pesquisa, mediante a comprovações legais, os membros responsáveis pela pesquisa arcaram com o ressarcimento ao dano financeiro. Ressaltando que caso a pesquisa lhe cause algum dano moral em razão do vazamento de dados pessoais explicitado nos riscos ou ocorridos em razão da sua participação, seu direito de indenização será garantido mediante comprovação legal. Asseguramos o direito de assistência integral gratuita devido a danos diretos/indiretos e imediatos/tardios decorrentes da participação no estudo ao participante da pesquisa.

Asseguramos o(a) Sr(a) o direito de assistência integral gratuita devido a danos diretos/indiretos e imediatos/tardios decorrentes da participação no estudo ao participante da pesquisa.

Garantimos o(a) Sr(a) a manutenção do sigilo e da privacidade de sua participação e de seus dados durante todas as fases da pesquisa e posteriormente na divulgação científica.

O(a) Sr(a) pode entrar em contato com a pesquisadora responsável, Prof.^a Jéssica Karoline Alves Portugal a qualquer tempo para informação adicional no endereço: Estrada



Pode Executivo
Ministério da Educação
Universidade Federal do Amazonas
Instituto de Saúde e Biotecnologia



Coari-Mamiá, nº 305, Espírito Santo, CEP: 69.460-000, telefone: (97) 99158-8886, e-mail: jessicaportugal@ufam.edu.br.

O(a) Sr(a) também pode entrar em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Federal do Amazonas (CEP/UFAM) e com a Comissão Nacional de Ética em Pesquisa (CONEP), quando pertinente. O CEP/UFAM fica na Escola de Enfermagem de Manaus (EEM/UFAM) - Sala 07, Rua Teresina, 495 – Adrianópolis – Manaus – AM, Fone: (92) 3305-1181 Ramal 2004, E-mail: cep@ufam.edu.br. O CEP/UFAM é um colegiado multi e transdisciplinar, independente, criado para defender os interesses dos participantes da pesquisa em sua integridade e dignidade e para contribuir no desenvolvimento da pesquisa dentro de padrões éticos.

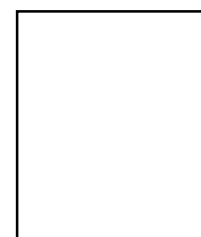
Este documento (TCLE) será elaborado em duas VIAS, que serão rubricadas em todas as suas páginas, exceto a com as assinaturas, e assinadas ao seu término pelo(a) Sr(a)., ou por seu representante legal, e pelo pesquisador responsável, ficando uma via com cada um.

CONSENTIMENTO PÓS-INFORMAÇÃO

Li e concordo em participar da pesquisa.

Coari - Amazonas, ____/____/____

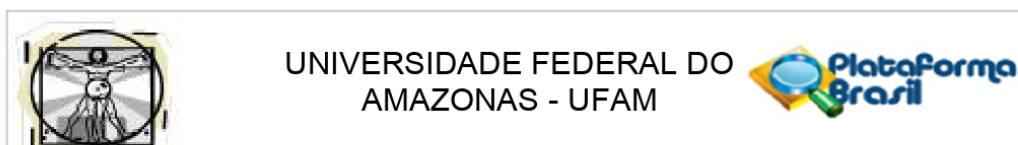
 Assinatura do Participante



IMPRESSÃO
 DACTILOSCÓPICA

 Assinatura do Pesquisador Responsável

ANEXO A – PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP



PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: DISTÚRBIOS DO SONO E QUALIDADE DE VIDA PÓS-PANDEMIA EM DISCENTES DE GRAUÇÃO DO ISB/UFAM, NO MUNICÍPIO DE COARI - AM

Pesquisador: JESSICA KAROLINE ALVES PORTUGAL

Área Temática:

Versão: 2

CAAE: 65247922.4.0000.5020

Instituição Proponente: Instituto de Saúde e Biotecnologia - ISB

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 5.878.294

Apresentação do Projeto:

De acordo com o apresentado no arquivo PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_2042569.pdf, gerado em 30/12/2022 20:16:04, o protocolo de pesquisa apresenta as características descritas a seguir:

Resumo

No continente asiático, especificamente em Wuhan, localizada na China, no ano de 2019, houve o surgimento dos primeiros casos de infecções pelo Coronavírus. Em pouco tempo, a disseminação ao nível mundial foi inevitável. No Brasil, os casos tomaram uma proporção alarmante, tornando necessário a implementação do isolamento social por meio da quarenta, tendo em vista a contenção do vírus. Medidas de restrições foram adotadas em todos os âmbitos para que a quarentena alcançasse seu propósito de diminuir a incidência de novos casos de infecções, incluindo as instituições de ensino, as quais em sua maioria, adotaram métodos alternativos para prosseguir com suas atividades. Diante do quadro mundial apresentado, boa parte da população sofreu um impacto psicológico significativo decorrente do período de isolamento. Os universitários, os quais, segundo alguns estudos, já fazem parte de um grupo mais suscetível a desenvolver distúrbios do sono e outros transtornos psicológicos, foram duplamente afetados. À face dessa realidade, o objetivo deste projeto é analisar a prevalência de distúrbios do sono no período pós-pandêmico em acadêmicos de graduação da Universidade Federal do Amazonas –

Endereço: Rua Teresina, 4950

Bairro: Adrianópolis

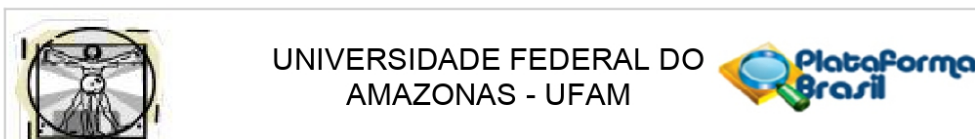
UF: AM

Município: MANAUS

Telefone: (92)3305-1181

CEP: 69.057-070

E-mail: cep.ufam@gmail.com



Continuação do Parecer: 5.878.294

UFAM, localizada no município de Coari. Trata-se de um estudo descritivo, transversal e de abordagem quantitativa, do qual participarão acadêmicos de graduação do Instituto de Saúde e Biotecnologia – ISB/UFAM. O questionário utilizado é autoaplicável, também será considerado informações socioeconômicas e demográficas, buscando Identificar os principais fatores que levaram ao desenvolvimento/agravo dos distúrbios e suas consequências do ponto de vista acadêmico. O projeto será desenvolvido respeitando as diretrizes dispostas pelo Comitê de Ética da Universidade Federal do Amazonas.

Metodologia Proposta

Delineamento

Trata-se de uma pesquisa transversal, com abordagem quantitativa que ocorrerá entre os anos de 2022 a 2023. A pesquisa será executada com os estudantes de graduação da Universidade Federal do Amazonas (UFAM), do campus do município de Coari – Amazonas, Instituto de Saúde e Biotecnologia (ISB).

População ou amostra do estudo

O estudo será realizado com todos os universitários do campus de Coari, divididos entre os 7 cursos de graduação, afim de obter o maior número de participantes possível, com o intuito de atingir resultados com uma base de dados mais sólida. Há um total de 1.247 discentes matriculados, no entanto, apenas 708 alunos estão realizando as atividades acadêmicas dos seus respectivos cursos, efetivamente. Sendo: 62 de Biotecnologia; 135 de Ciências – Biologia e Química; 110 de Ciências- Matemática e Física; 141 de Enfermagem; 145 de Fisioterapia; 35 de Medicina e 80 de Nutrição. Desta forma, o quantitativo de participantes será composto pelo total de 708 alunos com atividades acadêmicas ativas.

Abordagem dos Participantes do Estudo

A aplicação do questionário será realizada pela relatora do projeto, em sala de aula com a concessão do docente e nas demais dependências da universidade. No primeiro contato com os participantes, será realizada uma breve explicação dos objetivos do projeto e da importância desses dados para toda a comunidade acadêmica. O participante terá a opção de marcar um novo encontro com a discente pesquisadora caso não seja oportuno a realização da coleta de dados no momento da abordagem em decorrência de diversos fatores, incluindo desconforto, falta de tempo ou desejo de maior privacidade. O período para o preenchimento do questionário em questão, é

Endereço: Rua Teresina, 4950

Bairro: Adrianópolis

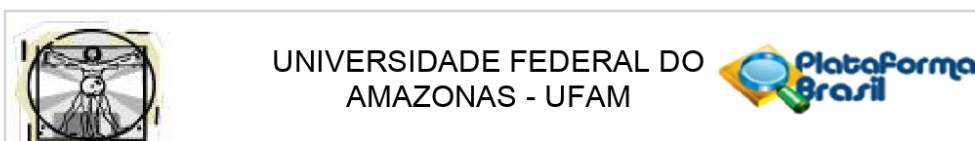
UF: AM

Município: MANAUS

Telefone: (92)3305-1181

CEP: 69.057-070

E-mail: cep.ufam@gmail.com



Continuação do Parecer: 5.878.294

de aproximadamente 15 minutos por discente. Na ocasião, serão respeitadas todas as normas vigentes para controle e prevenção do novo Coronavírus, como uso de máscaras, álcool em gel e distanciamento seguro durante as entrevistas.

Instrumento para Coleta de Dados

A coleta dos dados que irão compor o desenvolvimento do estudo, será composta por 3 seções, sendo estas:

Seção A: referente a caracterização dos universitários por meio de um questionário de dados socioeconômicos e demográficos. **Seção B:** Será realizada mediante a aplicação do Índice da Qualidade de Sono de Pittsburgh (PSQI), sendo ele um instrumento com confiabilidade e validade previamente estabelecidas. O PSQI foi desenvolvido em 1986, na cidade de Pittsburgh, Pensilvânia – EUA, validado no Brasil em 2011. É uma técnica para captação de dados autoaplicável, a qual avalia a qualidade de sono e possíveis distúrbios. O questionário considera sete elementos do

sono: Latência do sono, eficiência do sono, qualidade subjetiva, duração do sono, distúrbios do sono, uso de medicamentos e disfunção diária. Para cada componente o escore varia de 0 – 3, o escore máximo que pode ser atingido é de 21 pontos. Pontuações > de 5 pontos apontam uma má qualidade de sono (BUYSSE, et al., 1986; Bertolazi, 2008; PASSOS, et. al., 2017). A versão brasileira desse instrumento é escassamente utilizada em estudos que tem como amostra, adolescentes. Tendo sua validação realizada em uma população adulta, o que diminui drasticamente a confiabilidade quando usado em uma população diferente (BUYSSE, et al., 1986; Bertolazi, 2008; PASSOS, et. al., 2017; SCHÖNFFELDT, BÜCKER, 2022).

Seção C: Aplicação do questionário da OMS World Health Organization's of Life – Bref (WHOQOL-bref), que é um instrumento que foi validado no Brasil em uma versão abreviada e tem o objetivo avaliar a qualidade de vida. O instrumento é constituído por 26 perguntas, sendo que as duas primeiras perguntas são referentes a qualidade de vida de modo geral. As demais questões são divididas em quatro domínios, sendo estes: físico, psicológico, relações sociais e meio ambiente. As respostas seguem a escala de Likert com pontuação de 1 a 5, quanto maior a pontuação, melhor a qualidade de vida (FLECK, 2000).

Critério de Inclusão:

- Estar devidamente matriculado no curso de graduação.
- Ter frequentado a universidade no período pré-pandemia e estar frequentando regularmente as atividades acadêmicas.

Endereço: Rua Teresina, 4950

Bairro: Adrianópolis

UF: AM

Município: MANAUS

Telefone: (92)3305-1181

CEP: 69.057-070

E-mail: cep.ufam@gmail.com



Continuação do Parecer: 5.878.294

- Ter idade mínima de 18 anos.

Critério de Exclusão:

- Estudantes em situação de evasão institucional.

Metodologia de análise de dados

Hipótese:

- H1 – Os estudantes universitários possuem alta prevalência de distúrbios do sono e diminuição da qualidade de vida.
- H0 – Os estudantes universitários possuem baixa prevalência de distúrbios do sono e qualidade de vida satisfatória

Será elaborado um banco de dados por meio do programa Statistic Package for Social Sciences (SPSS), versão 21.0, com o objetivo de armazenar todas as informações obtidas na entrevista. Os dados serão analisados utilizando a frequência absoluta e relativa e a estatística descritiva, média, mediana e desvio padrão.

Objetivo da Pesquisa:

Objetivo Primário:

Analisar a prevalência de distúrbios do sono e qualidade de vida pós-pandemia em discentes de graduação do ISB/UFAM, no município de Coari – AM.

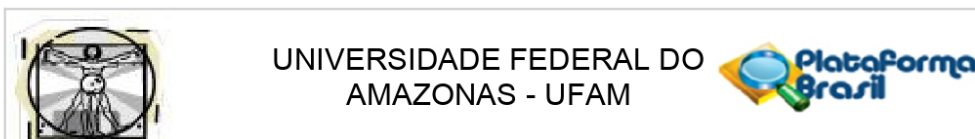
Objetivo Secundário:

- Reconhecer os principais fatores que contribuíram para desenvolvimento dos distúrbios do sono pós-pandemia nos discentes.
- Mensurar as consequências dos distúrbios do sono pós-pandemia, no cotidiano dos acadêmicos.
- Identificar o padrão de sono dos estudantes universitários.
- Determinar a relação entre a presença de distúrbio do sono e qualidade de vida dos universitários.

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

De acordo com arquivo PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_2042569.pdf, gerado em 30/12/2022 20:16:04, os riscos e benefícios apresentados são:

Endereço: Rua Teresina, 4950	CEP: 69.057-070
Bairro: Adrianópolis	
UF: AM	Município: MANAUS
Telefone: (92)3305-1181	E-mail: cep.ufam@gmail.com



Continuação do Parecer: 5.878.294

Riscos:

A pesquisa poderá acarretar no constrangimento do participante pelo fornecimento de informações pessoais e sigilosas, além de cansaço e dispêndio de tempo para responder o questionário, fazendo o participante se ausentar de suas atividades acadêmicas durante a entrevista. Todavia, com o desígnio de atenuar os riscos, todas as informações necessárias para a participação satisfatória dos discentes serão fornecidas, para que a entrevista seja realizada de forma rápida e eficiente após o esclarecimento das dúvidas. No que se refere a preservação dos dados coletados, serão seguidos minuciosamente todos os quatro princípios bioéticos: beneficência, não maleficência, autonomia e justiça, visando transmitir segurança e a seriedade do estudo. Os dados coletados ficarão disponíveis em apenas um computador, e não serão compartilhados com indivíduos que não fazem parte da equipe científica.

Benefícios:

- A identificação dos principais fatores que levaram ao desenvolvimento de determinado distúrbio do sono.
- Contribuição científica no desenvolvimento de trabalhos e resumos sobre o tema
- Identificação possíveis de métodos que busquem abrandar os danos observados, resultantes do período pandêmico.

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

Trata-se de protocolo de pesquisa de versão 2, caracterizado como de trabalho de conclusão de curso (TCC) do curso de Bacharelado em Enfermagem do Instituto de Saúde e Biotecnologia da Universidade Federal do Amazonas, como requisito para obtenção de nota parcial na disciplina de Trabalho de Conclusão de Curso I, solicitado pelo Prof. Dr. Abel Santiago Muri Gama. O protocolo de pesquisa é do interesse do Instituto de Saúde e Biotecnologia, Campus UFAM - Coari, tendo como proponente e pesquisador responsável a Prof.^a Esp. Jéssica Karoline Alves Portugal, orientadora do TCC da graduanda Letícia Seixas Severino, e como membro da equipe científica, o Professor Abel Santiago Muri Gama, como co-orientador da pesquisa.

Segundo a autora, trata-se de protocolo de pesquisa transversal, com abordagem quantitativa. O estudo

Endereço: Rua Teresina, 4950

Bairro: Adrianópolis

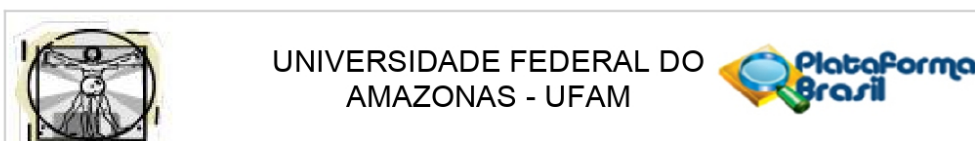
UF: AM

Telefone: (92)3305-1181

Município: MANAUS

CEP: 69.057-070

E-mail: cep.ufam@gmail.com



Continuação do Parecer: 5.878.294

será realizado com todos os universitários do campus de Coari, divididos entre os 7 cursos de graduação, afim de obter o maior número de participantes possível, com o intuito de atingir resultados com uma base de dados mais sólida. Há um total de 1.247 discentes matriculados, no entanto, apenas 708 alunos estão realizando as atividades acadêmicas dos seus respectivos cursos, efetivamente. Sendo: 62 de Biotecnologia; 135 de Ciências – Biologia e Química; 110 de Ciências- Matemática e Física; 141 de Enfermagem; 145 de Fisioterapia; 35 de Medicina e 80 de Nutrição. Desta forma, o quantitativo de participantes será composto pelo total de 708 alunos com atividades acadêmicas ativas.

Manter sigilo da integra do projeto de pesquisa: Sim. Prazo: 2 anos

Tamanho da Amostra no Brasil: 708

Haverá uso de fontes secundárias de dados (prontuários, dados demográficos, etc)? Não

O Estudo é Multicêntrico no Brasil? Não

Propõe dispensa do TCLE? Não

Haverá retenção de amostras para armazenamento em banco? Não

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

- FOLHA DE ROSTO: ADEQUADA.

- ANUÊNCIA INSTITUCIONAL: ADEQUADA.

- TCLE: ADEQUADO

- INSTRUMENTO DE COLETA DE DADOS: ADEQUADO

- CRONOGRAMA: ADEQUADO.

Endereço: Rua Teresina, 4950

Bairro: Adrianópolis

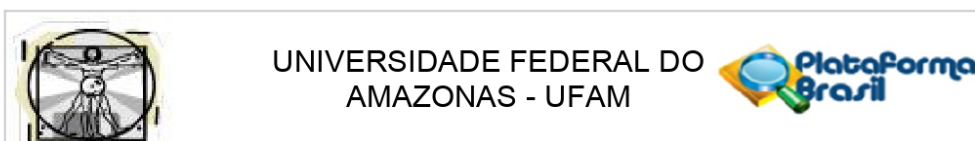
UF: AM

Município: MANAUS

Telefone: (92)3305-1181

CEP: 69.057-070

E-mail: cep.ufam@gmail.com



Continuação do Parecer: 5.878.294

Tabulação e análise dos dados 01/04/2023 30/04/2023

Submissão ao CEP 31/10/2022 01/11/2022

Apresentação da monografia 30/06/2023 30/06/2023

coleta de dados 01/03/2023 30/04/2023

revisão de literatura 01/11/2022 01/12/2022

Elaboração da monografia 01/05/2023 31/05/2023

- ORÇAMENTO: ADEQUADO. Contempla aquisição de materiais de consumo, com recursos próprios.

Impressão da monografia Custeio R\$ 15,00

Resma A4 Custeio R\$ 69,00

Impressão dos questionários Custeio R\$ 708,00

Prancheta Custeio R\$ 14,00

Pasta Custeio R\$ 6,00

Encadernação da monografia Custeio R\$ 12,00

Total em R\$ R\$ 824,00

Recomendações:

Como há previsão de etapas presenciais com comparecimento de membros da equipe científica nas dependências do ISB-COARI e visto as situações relativas à pandemia por covid19, solicita-se atenção dos proponentes para o seguimento das normas sanitárias vigentes à época da realização das etapas do projeto, além das normas internas da(s) Instituição(ões) envolvida(s), visando garantir a adequada proteção de todos os envolvidos, quer sejam pesquisadores, participantes e equipe técnica.

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

Lista de pendências apresentadas no Parecer Consubstanciado N. 5.798.053, de 07/12/2022, versão 1, transcrita na íntegra. Pesquisadora proponente procurou atender a todas as situações apresentadas, conforme descrito a seguir:

O Projeto necessita adequações para atender às exigências da Resolução 466/2012-CNS, e deve atender as pendências apontadas:

1. APRESENTAR (anexar) Carta Resposta, indicando ponto-a-ponto o que foi solicitado neste

Endereço: Rua Teresina, 4950

Bairro: Adrianópolis

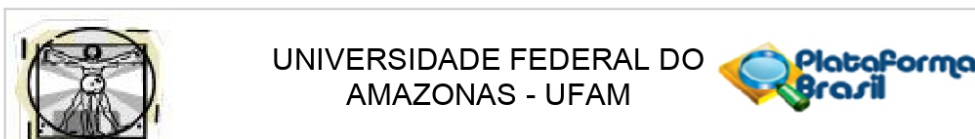
UF: AM

Município: MANAUS

CEP: 69.057-070

Telefone: (92)3305-1181

E-mail: cep.ufam@gmail.com



Continuação do Parecer: 5.878.294

parecer.

Solicita-se que as respostas sejam enviadas na ordem em que aparecem nas considerações do parecer, indicando-se também a LOCALIZAÇÃO DAS POSSÍVEIS ALTERAÇÕES, as quais devem ser DESTACADAS EM AMARELO NOS VÁRIOS DOCUMENTOS DO PROTOCOLO que tenham sido alterados.

Análise: Carta-Resposta apresentada.

Pendência contemplada.

2. Readequar o cronograma na resposta, se necessário, assegurando que o contato com os participantes somente ocorra após a aprovação do protocolo pelo Sistema CEP/CONEP.

Análise: Cronograma sem necessidade de modificações.

Pendência contemplada.

3. INSERIR os pesquisadores Letícia Seixas Severino e Abel Santiago Muri Gama na Equipe de Pesquisa junto à Plataforma Brasil, visto que os nomes dos mesmos só constam da brochura completa;

Análise: Pesquisadores inseridos na equipe de pesquisa, dentro do sistema CEP-CONEP – Plataforma Brasil.

Pendência contemplada.

4. SOLICITA-SE INSERIR NO DOCUMENTO referente à BROCHURA COMPLETA, A EQUIPE CIENTÍFICA, sua formação, titulação, atividade no projeto e link para currículo Lattes.

Análise: Alteração realizada.

Pendência contemplada.

5. NÃO FOI DETALHADA DE FORMA SUFICIENTE a abordagem aos participantes (método de recrutamento): critério de seleção, momento, condições e contexto. Estas informações são essenciais para a análise da vulnerabilidade dos participantes da pesquisa durante a abordagem, que poderá comprometer sua decisão em participar da mesma (Item IV.a. da Resolução 466/2013-

Endereço: Rua Teresina, 4950

Bairro: Adrianópolis

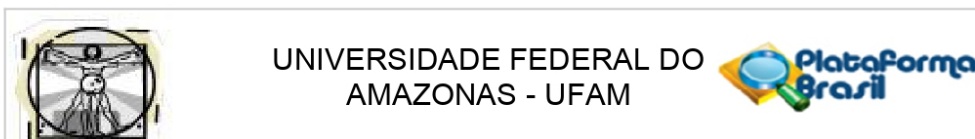
UF: AM

Município: MANAUS

Telefone: (92)3305-1181

CEP: 69.057-070

E-mail: cep.ufam@gmail.com



Continuação do Parecer: 5.878.294

CNS). SOLICITAM-SE ESCLARECIMENTOS.

Análise: Pendência contemplada na página 11 da brochura completa

6. Entende-se que a terminologia adotada pela Resolução CNS n.º 466, de 2012, item II.10 – participante de pesquisa, deva ser empregada em todos os documentos do protocolo de pesquisa, incluindo o TCLE, em substituição a voluntário, paciente, sujeito etc. Solicita-se adequação.

Análise: Pendência contemplada.

7. Sobre o Instrumento de Coleta de Dados:

7.1. Embora a comunidade acadêmica conste de mais de 700 discentes considerados elegíveis para participarem do protocolo de pesquisa, porém visto à possível participação de discentes que são ou que já foram alunos em disciplinas que os 2 professores que participam do projeto de pesquisa lecionam, visto que há discentes que devem ser colegas da pesquisadora Leticia, visto que há subgrupos menores em determinados cursos, como o de medicina que consta de 35 alunos, considera-se que estas situações conferem – isoladamente e/ou no conjunto - fragilidade para a manutenção de sigilo e confidencialidade de dados dos participantes, SOLICITA-SE ESCLARECER A NECESSIDADE DA INCLUSÃO DE DADOS COMO NOME COMPLETO E ENDEREÇO, DATA DE NASCIMENTO, PERÍODO LETIVO, FEZ OU FAZ ACOMPANHAMENTO PSICOLÓGICO NOS ÚLTIMOS DOIS ANOS, CASO TENHA/TIDO ACOMPANHAMENTO PSICOLÓGICO, VOCÊ FAZ USO DE ALGUM MEDICAMENTO PARA DORMIR, POSSUI PRESCRIÇÃO MÉDICA? no instrumento de coleta de dados;

Análise: Esclarecimentos e alterações realizadas. Pendência contemplada.

7.2. Na seção B e na seção C: ESCLARECER a inclusão da frase “Por favor, responda a todas as questões”, visto que cabe ao participante da pesquisa a decisão em prosseguir, interromper ou mesmo retirar seu consentimento de participação, sem qualquer prejuízo e a qualquer tempo;

Análise: Esclarecimentos e alterações realizadas. Pendência contemplada.

7.3. Na seção C: ESCLARECER SE FAZ PARTE DO QUESTIONÁRIO VALIDADO O PREÂMBULO DE

Endereço: Rua Teresina, 4950

Bairro: Adrianópolis

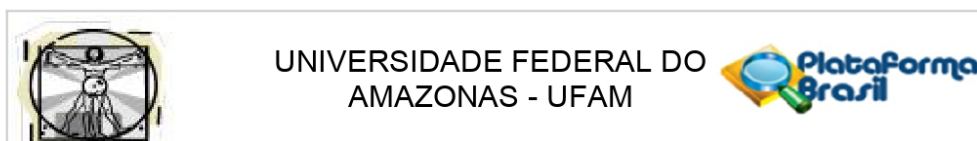
UF: AM

Município: MANAUS

Telefone: (92)3305-1181

CEP: 69.057-070

E-mail: cep.ufam@gmail.com



Continuação do Parecer: 5.878.294

APRESENTAÇÃO “Esta, muitas vezes, poderá ser sua primeira escolha. Por favor, tenha em mente seus valores, aspirações, prazeres e preocupações. Nós estamos perguntando o que você acha de sua vida, tomando como referência as duas últimas semanas. Por exemplo, pensando nas últimas duas semanas, uma questão poderia ser:”, seguido de exemplo a como responder o questionário;

Análise: Esclarecimentos realizados. Pendência contemplada.

8. Ao final do TCLE: SOLICITA-SE ADEQUAÇÃO no campo de consentimento pós informação, o qual deverá ter redação simples, como “Li e concordo em participar da pesquisa” ou “Declaro que concordo em participar da pesquisa”. Ressalta-se que não devem ser introduzidas novas informações ou informações contraditórias ao conteúdo do restante do termo (Carta Circular nº 51-SEI/2017-CONEP/SECNS/MS).

Análise: Alterações realizadas. Pendência contemplada.

9. Sobre RISCOS: no texto do TCLE consta “Nesta pesquisa os riscos para o(a) Sr.(a) são: o desconforto em fornecer informações pessoais. Tendo em vista o risco de vazamento de dados pessoais e perda do anonimato. Os riscos serão minimizados através da garantia do sigilo e a restrição ao acesso as informações fornecidas pelo o(a) Sr.(a) por pessoas que não compõem a elaboração do estudo.” No texto da brochura completa e do arquivo PB-Informações Básicas, consta “Os riscos que podem ser envolvidos no decorrer da pesquisa incluem, o risco de baixo desempenho, que pode surgir caso as dúvidas sobre o preenchimento correto do formulário não sejam sanadas, a baixa adesão ao projeto decorrente do receio da descontinuação do sigilo que o TCLE dispõe. A evasão institucional do discente no decurso da coleta de dados para o estudo e dispêndio de tempo para responder o formulário, todavia, com o desígnio de atenuar os riscos, todas as informações necessárias para a participação satisfatória dos discentes serão fornecidas. No que se refere a preservação dos dados coletados, serão seguidos minuciosamente todos os quatro princípios bioéticos: beneficência, não maleficência, autonomia e justiça, visando transmitir segurança e a seriedade do estudo.”

9.1. O campo "Risco" na Plataforma Brasil é destinado a informar qualquer possibilidade de danos

Endereço: Rua Teresina, 4950

Bairro: Adrianópolis

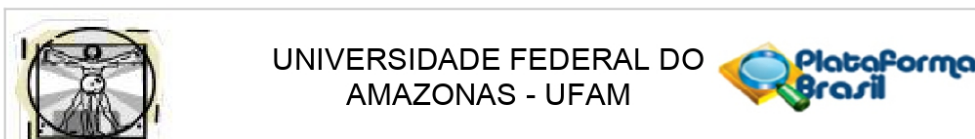
UF: AM

Município: MANAUS

Telefone: (92)3305-1181

CEP: 69.057-070

E-mail: cep.ufam@gmail.com



Continuação do Parecer: 5.878.294

à dimensão física, psíquica, moral, intelectual, social, cultural ou espiritual do ser humano, em qualquer pesquisa e dela decorrente, isto é, qualquer dano direto/indireto, bem como tardio/imediato, AO PARTICIPANTE DE PESQUISA, e não à execução do estudo. Diante do exposto, solicita-se adequar a informação referente ao risco ao participante do estudo, no campo "Risco", na Aba 4 - Detalhamento do Estudo, na Plataforma Brasil (Resolução CNS n.º 466, de 2012, item II.22) e nos demais documentos, principalmente, no TCLE. SOLICITA-SE APRESENTAR DE FORMA DETALHADA OS RISCOS E A FORMA DE MITIGÁ-LOS.

9.2. No TCLE consta: Ressaltando que caso a pesquisa lhe cause algum dano explicitado nos riscos ou ocorridos em razão da sua participação, seu direito de indenização será garantido mediante comprovação legal". SOLICITA-SE ESCLARECER A QUE TIPO DE DANO O PESQUISADOR SE REFERE, considerando que os mesmos podem ser de dimensão física, psíquica, moral, intelectual, social, cultural ou espiritual do ser humano, em qualquer pesquisa e dela decorrente, isto é, qualquer dano direto/indireto, bem como tardio/imediato, E COMO SE ESPERA QUE O PARTICIPANTE FAÇA A "COMPROVAÇÃO LEGAL" sobre a ocorrência do mesmo;

9.3. Sobre os textos apresentados, solicita-se harmonizar todas as informações, em todos os locais e arquivos, para que não haja divergência entre as mesmas;

Análise: Itens 9.1 a 9.3: Esclarecimentos e alterações realizadas. Pendências contempladas.

10. SOBRE RISCOS e BENEFÍCIOS:

10.1. Ao realizar o preenchimento do questionário, o participante poderá "entender" que sua qualidade de vida e de sono estão inadequados, embora a finalização da interpretação do questionário não esteja prevista para ocorrer durante a aplicação do mesmo, pela descrição metodológica apresentada. Porém, este "entendimento" poderá ser um risco e ao mesmo tempo um benefício para o participante. Um benefício, pois com a identificação de um possível problema ou de suas causas, o mesmo venha a procurar auxílio. Porém, a busca pelo auxílio poderá se transformar em risco, caso o participante não saiba

Endereço: Rua Teresina, 4950

Bairro: Adrianópolis

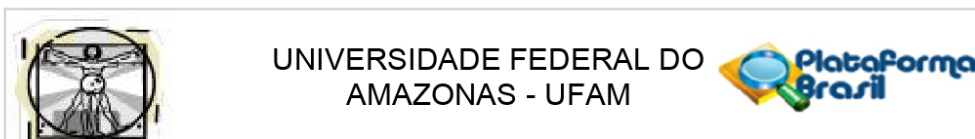
UF: AM

Município: MANAUS

Telefone: (92)3305-1181

CEP: 69.057-070

E-mail: cep.ufam@gmail.com



Continuação do Parecer: 5.878.294

a quem recorrer. Entende-se que o tratamento dos participantes não faz parte do escopo do projeto, mas a indicação de serviço apropriado para acompanhamento e tratamento poderá ser um benefício direto ao participante da pesquisa.

Desta forma, **SUGERE-SE A SUGESTÃO DE INDICAÇÃO** de serviço de apoio aos participantes da pesquisa que tiverem entendimento sobre a sua condição de má qualidade vida/sono;

Análise: Pendência contemplada.

11. No item “Haverá retenção de amostras para armazenamento em banco?” que consta do preenchimento do documento PB_Informações Básicas do protocolo de pesquisa junto à Plataforma Brasil, a proponente respondeu “Sim”, mas a justificativa apresentada e a metodologia do protocolo dizem respeito a informações e não a material biológico. **SOLICITA-SE CORREÇÃO**, visto que o protocolo não descreve coleta ou retenção de materiais biológicos (como sangue ou amostras teciduais), os quais seriam amostras para possível armazenamento temporário em biorrepositório.

Análise: Pendência contemplada.

Considerações Finais a critério do CEP:

Com os documentos ora avaliados e anteriores, o pesquisador procurou atender a todas as **PENDÊNCIAS**, conforme as determinações da Resolução Nº 466, de 12 de dezembro de 2012, e da Norma Operacional Nº 001/2013, ambas do Conselho Nacional de Saúde. Em razão do exposto, considera-se que o protocolo de pesquisa atende aos requisitos necessários para aprovação pelo Sistema CEP/CONEP.

Este CEP/UFAM analisa os aspectos éticos da pesquisa com base nas Resoluções 466/2012-CNS, 510/2016-CNS e outras complementares. A aprovação do protocolo neste Comitê **NÃO SOBREPÕE** eventuais restrições ao início da pesquisa estabelecidas pelas autoridades competentes, devido à pandemia de COVID-19. O pesquisador(a) deve analisar a pertinência do início, segundo regras de sua instituição ou instituições/autoridades sanitárias locais, municipais, estaduais ou federais.

É necessário de que o pesquisador responsável envie por Notificação, por meio da Plataforma Brasil, os relatórios parciais e final, conforme item XI.d. da Res 466/2012-CNS.

Endereço: Rua Teresina, 4950

Bairro: Adrianópolis

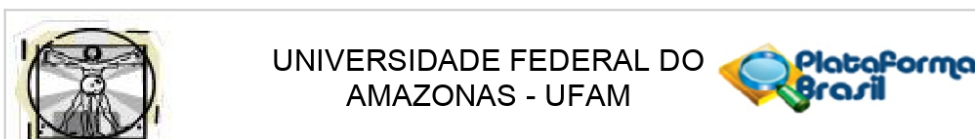
UF: AM

Município: MANAUS

Telefone: (92)3305-1181

CEP: 69.057-070

E-mail: cep.ufam@gmail.com



Continuação do Parecer: 5.878.294

NÚMERO DO TELEFONE FIXO CEP/UFAM: 3305-1181/RAMAL 2004

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_2042569.pdf	30/12/2022 20:16:04		Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	TCC_OFICIAL.docx	30/12/2022 20:15:31	JESSICA KAROLINE ALVES PORTUGAL	Aceito
Outros	Instrumento_Validado_QV.pdf	30/12/2022 20:14:02	JESSICA KAROLINE ALVES PORTUGAL	Aceito
Outros	Carta_Resposta.docx	30/12/2022 20:12:56	JESSICA KAROLINE ALVES PORTUGAL	Aceito
Declaração de concordância	ANUENCIA_OFICIAL.pdf	30/12/2022 20:11:59	JESSICA KAROLINE ALVES PORTUGAL	Aceito
Outros	QUESTIONARIO.docx	30/12/2022 19:49:02	JESSICA KAROLINE ALVES PORTUGAL	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE_OFICIAL.docx	30/12/2022 19:43:10	JESSICA KAROLINE ALVES PORTUGAL	Aceito
Folha de Rosto	FOLHA_DE_ROSTO.pdf	04/11/2022 16:08:35	JESSICA KAROLINE ALVES PORTUGAL	Aceito

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

MANAUS, 06 de Fevereiro de 2023

Assinado por:

**Eliana Maria Pereira da Fonseca
(Coordenador(a))**

Endereço: Rua Teresina, 4950

Bairro: Adrianópolis

UF: AM

Município: MANAUS

CEP: 69.057-070

Telefone: (92)3305-1181

E-mail: cep.ufam@gmail.com