



RELATOS DE PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM QUE ATUAM EM EMERGÊNCIA SOBRE SINTOMAS DE INSÔNIA E SUA INFLUÊNCIA NO TRABALHO.

Eixo Horizontal: EH4: EQUIPES DE SAÚDE
Eixo Vertical: EV1: PRÁTICAS PROFISSIONAIS

Jéssica de Macedo do Prado; Carlos André Nogueira Oliveira;

Introdução: A qualidade do sono é um fator extremamente importante para a saúde das pessoas, uma vez que durante o sono, muitas funções do organismo se estabelecem, como a consolidação da memória, regulação do humor, bem estar, restauração da energia, controle do metabolismo dentre outras funções essenciais para a homeostase. Os transtornos do sono podem prejudicar muitas dessas funções primordiais do organismo, sendo a insônia um dos transtornos do sono mais frequente entre as pessoas, especialmente em adultos de meia-idade e profissionais que trabalham por turnos. Esta perturbação afeta a manutenção do sono, seu início, ou proporciona despertares antes do habitual de modo que, a pessoa não se sinta disposta para as atribuições do dia a dia. **Objetivos:** Analisar os Relatos de Profissionais de Enfermagem que atuam no setor de Emergência de um Hospital na Cidade de Barreiras – Bahia sobre a presença de sintomas de insônia e sua influência no trabalho. **Método:** Trata-se de um estudo qualitativo do tipo exploratório. Os dados foram recolhidos através de uma entrevista semiestruturada com a participação de quatro profissionais de Enfermagem que atuam no setor emergencial de um hospital. Todos os participantes aceitaram fazer parte da pesquisa, bem como assinaram o Termo de Consentimento Livre Esclarecido (TCLE). A partir dos dados óbitos na entrevista foi realizada uma análise de conteúdo. **Resultados:** Sobre os aspectos que possam influenciar em sintomas de insônia as/o participante citaram que a disposição e o estado de alerta de uma pessoa com insônia não é a mesma do que uma pessoa que possui uma boa qualidade de sono, pois aspectos importantes como a memória e a atenção são prejudicados o que podem favorecer o risco a acidentes no trabalho ou mesmo erros no cuidado aos pacientes. Em suas rotinas diárias no trabalho, as/o participantes queixaram-se de que fadiga, cansaço, estresse, irritabilidade e falta de atenção tem sido frequentes, ocasionando como consequências dores de cabeça, dores musculares. **Discussão:** Segundo Rocha e Martino (2009), o trabalho em turnos pode favorecer diversos problemas na qualidade do sono e contribuir para a incidência de transtornos, principalmente a insônia devido as alterações pela ausência ou presença de luminosidade, e alternância da noite pelo dia que interfere na produção de hormônios do relógio biológico, como a melatonina que tem por finalidade manter o organismo em estado de sonolência. Conforme Bulhões (2012), os efeitos destas alterações podem facilitar a ocorrência de acidentes no trabalho tanto entre os próprios profissionais como também com relação ao atendimento e cuidado para com os pacientes, já que um dos elementos prejudicados pelo transtorno de insônia é a atenção e a memória. **Considerações Finais:** A compreensão da importância da qualidade do sono para saúde e desempenho dos profissionais de enfermagem em emergência pode evitar acidentes no trabalho e mau atendimento para com pacientes, uma vez que o trabalho desses/as profissionais requer muita atenção e concentração.