

IMPLEMENTAÇÃO DO PROTOCOLO DE HIGIENE DO SONO EM UNIDADE DE TERAPIA INTENSIVA: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA.

Tema: Enfermagem

Ana Caroline Rodrigues Guerra; Sabrina Penna; Luane Jacobsen Winck; Carolina Levermann Baptista; Patricia Turchetti Ludwig; Adriane Dos Santos Nunes Anacker; Gessica Raquel Tatsch

Hospital Santa Cruz
Santa Cruz do sul/RS

INTRODUÇÃO: O sono é definido como uma condição de desligamento transitório, em que são produzidos e secretados hormônios. A interrupção deste provoca consequências a nível metabólico, que posteriormente repercutirá em sinais e sintomas¹. Em unidade de terapia intensiva alguns fatores associados a privação do sono se relacionam com a suscetibilidade à infecção, neuro cognição e a mecânica pulmonar, acarretando em aumento do período de internação². A higiene de sono se propõe como um conjunto de cuidados que visa diminuir o impacto da privação do sono nos indivíduos internados. **OBJETIVO:** Estabelecer um protocolo de cuidados de higiene do sono a fim de promover a qualidade do sono dos pacientes internados na unidade de terapia intensiva. **METODOLOGIA:** Trata-se de um relato de experiência da construção e implementação de um protocolo de higiene do sono nas unidades de terapia intensiva de um hospital filantrópico, foi realizada a leitura de artigos científicos, tendo como base de leitura o artigo “Práticas de promoção de sono em unidades de terapia intensiva no Brasil: Um inquérito nacional”³. **RESULTADOS:** Espera-se que após a implementação do protocolo ocorra a redução de fatores estressores que influenciam na qualidade do sono, assim como, os profissionais sejam capazes de promover a qualidade do sono, contribuindo para uma melhora. **CONCLUSÃO:** Sabe-se que o ambiente hospitalar é um fator estressor, além disso, os pacientes admitidos em unidades de terapia intensiva tendem a ser mais afetados por conta de ser um ambiente fechado, com grande circulação e vigília assistencial 24 horas. E mesmo que as ferramentas para orientação em tempo e espaço sejam utilizadas, o padrão do sono é alterado. Assim, como conduta tem-se como objetivo ao final da implementação, reduzir fatores que contribuem para a alteração do sono promovendo um ambiente calmo e propício à noite.