

Trabalhos Científicos

Título: Impacto Da Pandemia Da Covid-19 Na Qualidade Do Sono De Crianças E Adolescentes: Uma Revisão Sistemática E Metanálise

Autores: SAMANTA ANDRESA RICHTER (PUCRS), CLARISSA FERRAZ-RODRIGUES (PUCRS), LUÍSA BASSO SCHILLING (PUCRS), NATHÁLIA FRITSCH CAMARGO (PUCRS), MAGDA LAHORGUE NUNES (PUCRS)

Resumo: Introdução: A interrupção inesperada e prolongada das rotinas de crianças e adolescentes, causada pelo primeiro bloqueio da pandemia da COVID-19, pode afetar a qualidade do sono, torna-se importante compreender esse fenômeno. Objetivo: Sintetizar a literatura a respeito do potencial influência da pandemia de COVID-19 na duração e qualidade do sono em crianças e adolescentes, quando possível, quantificar a relação por meio da abordagem meta-analítica. Método: A busca teve início em maio de 2021 e teve duas atualizações, a primeira em agosto e a segunda em dezembro de 2021. As bases de dados utilizadas para a busca foram LILACS, PubMed e EMBASE. O estudo está cadastrado na plataforma PROPERO através do registro CRD42021208144. Resultados: Foram identificados 29 estudos de 16 países, 9 artigos com crianças e adolescentes e 8 artigos com adolescentes. A qualidade geral dos estudos foi de 27,6% de alta qualidade, 65,5% de qualidade média e 6,9% de baixa qualidade. Oito estudos foram elegíveis para meta-análise. A qualidade da amostra analisada, número de respondentes e possíveis vieses foram avaliados. Houve um aumento na duração do sono durante a pandemia quando comparado ao período anterior diferença média padronizada (SMD) 0,33 (IC 95% - 0,07, 0,60) ($p < 0,001$) e SMD na hora de dormir 0,78 (IC 95% - 0,33, 1,22) ($p < 0,001$). Também foi detectada uma tendência à redução da eficiência do sono SMD -0,54 (IC 95% - -0,75, -0,33) $p = 0,20$. O aumento do uso de eletrônicos e a piora da qualidade do sono também foram evidenciados pelos pais ou cuidadores. Conclusão: Os resultados obtidos nesta revisão sistemática apontam para alterações nas características do sono durante a pandemia, como aumento do tempo na cama e hora de dormir tardia, ambos claramente relacionados a alterações nas rotinas familiares nesse período.