



## Trabalhos Científicos

**Título:** Isolamento Social E Mudanças Do Sono: O Que Aconteceu Com As Crianças Durante A Pandemia?

**Autores:** ANA PAULA MATZENBACHER VILLE (FACULDADES PEQUENO PRÍNCIPE), LETICIA STASZCZAK (FACULDADES PEQUENO PRÍNCIPE), JULIANA LOYOLA GOMES PRESA (FACULDADES PEQUENO PRÍNCIPE)

**Resumo:** Introdução: Os transtornos do sono foram um dos impactos sociais trazidos pelo isolamento social, apontados pela Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP). Objetivo: Avaliar as mudanças no padrão de sono de crianças de 2 a 12 anos durante o período de isolamento social pela pandemia do COVID-19. Métodos: Questionário online aplicado para responsáveis de crianças de 2 a 12 anos de idade. Resultados: Observou-se alteração no padrão de sono de 46,4% dos participantes do estudo. Das crianças estudadas, 26,3% passaram a dormir mais desde o início da pandemia e 17,3% dormem menos. Nas crianças de 2 a 3 anos, 47,2% tiveram mudanças no padrão de sono. 27,6% tem dormido no mesmo horário que dormia antes da pandemia todos os dias, enquanto as demais tiveram alteração no horário em que a criança dorme. Para as crianças de 4 a 10 anos, 45,9% tiveram mudança no padrão após o início da pandemia. 37,2% não dormem no mesmo horário que dormiam antes da pandemia. Nas crianças de 11 e 12 anos, 51,1% tiveram alterações no padrão de sono. Dificuldades para dormir também foram apontadas na grande maioria das crianças: 61,1% nas crianças de 2 a 3 anos, 63,5% nas crianças de 4 a 10 anos e 61,2% crianças de 11 a 12 anos. Alguns comportamentos de regressão foram identificados no estudo: 28,2% das crianças voltaram a dormir na cama dos pais durante a pandemia (4,5% das crianças de 11 a 12 anos, 13% das crianças de 4 a 10 anos) e 10,7% de 2 a 3 anos). Conclusão: Para o desenvolvimento adequado da criança é essencial que ela tenha um sono reconfortante, tranquilo e com um número de horas adequado para cada idade. Os impactos a curto prazo desse período de reclusão foram constatados na pesquisa, que teve 100% dos participantes afetados de alguma forma.