



Trabalhos Científicos

Título: Qualidade Do Sono De Pais E Filhos Durante A Pandemia Da Covid-19 Entre O Período De 2020 A 2021 - Uma Amostra Sul-Brasileira

Autores: SAMANTA ANDRESA RICHTER (PUCRS), CLARISSA FERRAZ-RODRIGUES (PUCRS), LUÍSA BASSO SCHILLING (PUCRS), NATHÁLIA FRITSCH CAMARGO (PUCRS), MELISSA ROGICK GUZZI TAURISANO (PUCRS), NATHÁLIA FORNARI FERNANDES (PUCRS), MAGDA LAHORGUE NUNES (PUCRS)

Resumo: Introdução: O isolamento social imposto em março de 2020 pela pandemia da COVID-19 e após novamente em março de 2021 (segunda onda) podem ocasionar mudanças nos hábitos de sono de pais e filhos. Objetivo: Avaliar as características do sono de pais e filhos durante a pandemia da COVID-19 e preditores de distúrbios do sono. Métodos: Estudo longitudinal, utilizou-se um questionário online disponibilizado para os pais e seus filhos no período de abril a julho de 2020 e no mesmo período em 2021 no sul do Brasil. O sono de pais e adolescentes foi caracterizado por meio do Pittsburgh Sleep Quality Index e do Epworth Escala de sonolência. Para crianças de 0 a 3 anos os pais preencheram o Brief Infant Sleep Questionnaire, para as de 4 a 12 anos a Escala de Distúrbios do Sono para Crianças. Os pais também informaram, subjetivamente, sua percepção sobre os hábitos de sono durante o distanciamento social Resultados: Na primeira etapa em 2020, 577 pais mostraram alterações do sono em 69,8% dos adultos, em 58,6% das crianças na faixa etária de 0 a 3 anos, 33,9% na faixa de 4 a 12 anos e 56,6% em adolescentes. Na segunda etapa em 2021, de 174 pais 43,7% apresentaram alterações no sono, nas crianças de 0 a 3 anos 40,9%, entre as idades de 4 a 12 anos 54,9% e 54,4% em adolescentes. Percepção subjetiva, nas duas etapas revelaram queixas relacionadas a preocupações emocionais como ansiedade, estresse e medo em adultos e devido a alterações na rotina em crianças e adolescentes. Conclusão: Os dados do presente estudo mostraram um aumento da taxa de problemas de sono entre as famílias durante o primeiro e após um ano do bloqueio causado pela pandemia da COVID-19.