

Intervenções Sonoras Promotoras da Qualidade do Sono em UCI: uma Revisão Sistemática

Rui Guerreiro¹

orcid.org/0000-0002-8968-2057

Márcia Silva²

orcid.org/0000-0001-7055-8665

Sílvia Mendonça³

orcid.org/0009-0006-1509-0952

Cândida Durão⁴

orcid.org/0000-0002-9465-5280

Joana Teixeira⁵

orcid.org/0000-0001-9237-8120

Helga Henriques⁶

orcid.org/0000-0003-2946-4485

¹ Centro de Investigação, Inovação e Desenvolvimento em Enfermagem de Lisboa (CIDNUR); Unidade Local de Saúde São José, Lisboa, Portugal.

² Centro de Investigação, Inovação e Desenvolvimento em Enfermagem de Lisboa (CIDNUR); Unidade Local de Saúde de Santa Maria, Lisboa, Portugal.

³ Centro de Investigação, Inovação e Desenvolvimento em Enfermagem de Lisboa (CIDNUR), Lisboa, Portugal.

⁴ Centro de Investigação, Inovação e Desenvolvimento em Enfermagem de Lisboa (CIDNUR), Lisboa, Portugal.

⁵ Centro de Investigação, Inovação e Desenvolvimento em Enfermagem de Lisboa (CIDNUR), Lisboa; Instituto de Ciências Biomédicas Abel Salazar – CINTESIS@RISE, Porto, Portugal.

⁶ Centro de Investigação, Inovação e Desenvolvimento em Enfermagem de Lisboa, Lisboa, Portugal.

Introdução

O projeto id.Care tem como propósito cocriar, desenvolver, implementar e avaliar feixes de intervenções de enfermagem promotoras do ambiente seguro nos cuidados às pessoas com doença crónica complexa, em contextos de cuidados agudos ou críticos. Um dos eixos do projeto é a prestação de cuidados. A promoção da qualidade do sono é um cuidado fundamental para o bem-estar e recuperação da pessoa em situação crítica (PSC) internada em unidade de cuidados intensivos (UCI).^{1,2,3} As intervenções sonoras têm potencial para melhorar a qualidade do sono, embora a evidência sobre o tema seja ainda escassa.

Objetivo

Avaliar o efeito das intervenções sonoras promotoras da qualidade do sono da PSC internada em UCI.

Métodos

Revisão sistemática da literatura desenvolvida segundo as recomendações PRISMA e SWiM. A questão de pesquisa foi: Qual o efeito das intervenções sonoras (I) na promoção da qualidade do sono (O) da PSC em UCI (P)? A pesquisa decorreu em Fevereiro de 2024 nas bases de dados MEDLINE, CINAHL, Cochrane Database of Systematic Reviews, Web of Science e Scopus, sem limite temporal. Os descritores utilizados foram: Environmental Health; Inpatients; Nursing care; Sleep Quality; Sound. Foram incluídos estudos que investigaram o impacto de intervenções sonoras na qualidade do sono em UCI. Dois investigadores selecionaram os artigos, extraíram os dados e analisaram o risco de viés tendo em conta critérios predefinidos. A qualidade dos estudos foi analisada de acordo com as recomendações do Joanna Briggs Institute Critical Appraisal.

Resultados

Foram incluídos onze artigos que destacam a utilização de música clássica, de relaxamento e sons da natureza. As intervenções foram implementadas à noite, antes de dormir e variavam entre cinco minutos e a totalidade da noite. Foram descritos potenciais benefícios para a pessoa em situação crítica internada.

Conclusão

As intervenções sonoras melhoram a qualidade do sono da PSC. Os enfermeiros são essenciais na gestão dos ambientes de saúde. Os resultados sugerem a necessidade de investigação sobre a eficácia das intervenções sonoras.

Palavras-chave

Qualidade do Sono; Cuidados de Enfermagem; Som; Saúde Ambiental; Pacientes Internados.

Referências

- Khater, W, Masha'al, D, Al-Sayaheen, A. Sleep assessment and interventions for patients living with cancer from the patients' and nurses' perspective. International Journal of Palliative Nursing [Internet]. 2019 [citado 27 de Maio de 2024]; 25(7), 316–324. Disponível em: [10.12968/ijpn.2019.25.7.316](https://doi.org/10.12968/ijpn.2019.25.7.316)
- Lewandowska, K, Mędrzycka-Dąbrowska, W, Pilch, D, et al. Sleep Deprivation from the Perspective of a Patient Hospitalized in the Intensive Care Unit - Qualitative Study. Healthcare [Internet]. 2020 [citado 27 de Maio de 2024]; 8(3), 351. Disponível em: <https://doi.org/10.3390/healthcare8030351>

Autor de correspondência

Rui Guerreiro

E-mail: rguerreiro@escl.pt



3. Távora, C, Silva J, Alves, M, et al. Gestão da Insónia em Idosos Hospitalizados. RPMI [Internet]. 2022 [citado 27 de Maio de 2024]; 29(3), 215–220. Disponível em: <https://revista.spmi.pt/index.php/rpmi/article/view/458>