



XVI congresso interno de iniciação científica

Ginásio Multidisciplinar da Unicamp
24 a 25 de setembro de 2008



B0161

IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS: ORGANIZAÇÃO TEMPORAL DAS ROTINAS E QUALIDADE DO SONO

Thalyta Cristina Mansano (Bolsista PIBIC/CNPq) e Profa. Dra. Maria Filomena Ceolim (Orientadora), Faculdade de Ciências Médicas - FCM, UNICAMP

Os desafios que acompanham o processo de envelhecimento colocam-nos como sujeitos e agentes da saúde para abrir espaços e vivenciar novas experiências. Nesta pesquisa o objetivo foi identificar a percepção de idosos institucionalizados quanto à organização temporal de suas rotinas e sua associação com a qualidade do sono. Tratou-se de uma pesquisa quantitativa, descritiva e exploratória sendo desenvolvida em uma ILPI, com 37 residentes com 60 anos completos ou mais, independentes para atividades de vida diária e com participação voluntária do estudo, assinando TCLE. Os instrumentos de coleta de dados foram elaborados pela pesquisadora e foram preenchidos pela mesma. Concluiu-se que os fatores que contribuem para os problemas de sono na velhice são: dor ou desconforto físico; fatores ambientais; desconforto emocional e alterações no padrão do sono. São frequentes as queixas referentes ao tempo despendido na cama sem dormir, dificuldade para reiniciar o sono, menor duração do sono noturno, maior latência do sono, e despertar pela manhã mais cedo do que o desejado. Há também a sonolência e a fadiga diurna, com aumento de cochilos, o comprometimento cognitivo e do desempenho diurno sendo estes relacionados com a organização das rotinas destes idosos. Percebeu-se que quanto maior o empenho do idoso em atividades, melhor é a qualidade de seu sono e que horários de rotinas na ILPI interferem na totalidade de suas atividades.

Idoso - Sono - Enfermagem