



## Diagnósticos de enfermagem relacionados ao sono e repouso e seus indicadores clínicos em estudantes de enfermagem

Nursing diagnoses related to sleep and rest and their clinical indicators in nursing students

Diagnósticos de enfermería relacionados con el sueño y el descanso y sus indicadores clínicos en estudiantes de enfermería

Wesliane Gabriela da Silva Souza<sup>1</sup>, Thais Catharine Silva Barreto<sup>1</sup>, Joseilze Santos de Andrade<sup>1</sup>, Oscar Felipe Falcão Raposo<sup>1</sup>, Flávia Janólio Costacurta Pinto da Siva<sup>1</sup>, Elizian Braga Rodrigues Bernardo<sup>1</sup>.

### RESUMO

**Objetivo:** Identificar a prevalência dos diagnósticos de enfermagem associados ao sono/repouso, e de seus indicadores clínicos em estudantes universitários de enfermagem de uma Universidade Federal. **Métodos:** Estudo transversal, com abordagem quantitativa, utilizando um levantamento de dados via Google Forms, coletado no final de 2023. A população foi constituída por estudantes de enfermagem matriculados e com status ativo. De posse dos dados, procedeu-se à análise e julgamento clínico dos diagnósticos de enfermagem do Domínio 4 da NANDA - I (2020-2023), relativos à Classe “sono/repouso”. **Resultados:** Foram incluídos 124 estudantes. A população era predominantemente feminina, jovem e solteira. Dos 124 participantes, 69,3% foram classificados com algum Diagnóstico de Enfermagem, sendo eles: Distúrbio no padrão de sono (11,3%), Insônia (30,6%) e Privação de sono (27,4%). Os indicadores clínicos prevalentes foram: sonolência (83,9%), se considerar uma pessoa ansiosa (82,2%), ingestão hídrica noturna (74,1%), insatisfação com o sono (66,1%), possuir condição de saúde relacionada ao sono (65,3%) e atenção alterada (53,2%). **Conclusão:** A prevalência elevada de diagnósticos de distúrbios do sono em estudantes universitários evidencia a necessidade de estratégias específicas de intervenção de enfermagem focadas na qualidade do sono e saúde mental desses indivíduos, conforme as diretrizes da NANDA-I.

**Palavras-chave:** Diagnóstico de enfermagem, Duração do sono, Estudantes.

### ABSTRACT

**Objective:** To identify the prevalence of nursing diagnoses associated with sleep/rest, and their clinical indicators in nursing university students at a Federal University. **Methods:** Cross-sectional study, with a quantitative approach, using a data survey via Google Forms, collected at the end of 2023. The population consisted of nursing students enrolled and with active status. With the data in hand, we proceeded with the analysis and clinical judgment of the nursing diagnoses of Domain 4 of NANDA - I (2020-2023), relating to the “sleep/rest” Class. **Results:** 124 students were included. The population was predominantly female, young and single. Of the 124 participants, 69.3% were classified as having some Nursing Diagnosis, namely: Sleep pattern disturbance (11.3%), Insomnia (30.6%) and Sleep deprivation (27.4%). The prevalent clinical indicators were: drowsiness (83.9%), considering yourself an anxious person (82.2%), nocturnal fluid intake (74.1%),

<sup>1</sup> Universidade Federal de Sergipe (UFS), Aracaju - SE.

dissatisfaction with sleep (66.1%), having a health condition related to sleep (65.3%) and altered attention (53.2%). **Conclusion:** The high prevalence of diagnoses of sleep disorders in university students highlights the need for specific nursing intervention strategies focused on the quality of sleep and mental health of these individuals, according to the NANDA-I guidelines.

**Keywords:** Nursing diagnosis, Sleep duration, Students.

## RESUMEN

**Objetivo:** Identificar la prevalencia de diagnósticos de enfermería asociados al sueño/reposo y sus indicadores clínicos en estudiantes universitarios de enfermería de una Universidad Federal. **Métodos:** Estudio transversal, con enfoque cuantitativo, mediante encuesta de datos vía Google Forms, recolectado al final de 2023. La población estuvo conformada por estudiantes de enfermería matriculados y en estado activo. En posesión de los datos, se procedió al análisis y juicio clínico de los diagnósticos de enfermería del Dominio 4 de la NANDA - I (2020-2023), relativos a la Clase "sueño/reposo". **Resultados:** Se incluyeron 124 estudiantes. La población era predominantemente femenina, joven y soltera. De los 124 participantes, 69,3% fueron clasificados con algún Diagnóstico de Enfermería, a saber: Alteración del patrón de sueño (11,3%), Insomnio (30,6%) y Privación de sueño (27,4%). Los indicadores clínicos prevalentes fueron: somnolencia (83,9%), considerarse una persona ansiosa (82,2%), ingesta nocturna de líquidos (74,1%), insatisfacción con el sueño (66,1%), tener algún problema de salud relacionado con el sueño (65,3%) y alteración de la atención (53,2%). **Conclusión:** La alta prevalencia de diagnósticos de trastornos del sueño en estudiantes universitarios pone de relieve la necesidad de estrategias de intervención de enfermería específicas centradas en la calidad del sueño y la salud mental de estos individuos, según las directrices NANDA-I.

**Palabras clave:** Diagnóstico de enfermería, Duración del sueño, Estudiantes universitarios.

## INTRODUÇÃO

Quando se fala em saúde, a Organização Mundial da Saúde (OMS) definiu, ainda em 1946, que se trata de um estado de completo bem-estar, de forma biopsicossocial. Nesse sentido, o ciclo sono-vigília é um importante fator para manutenção de um estilo de vida saudável e caracteriza-se por momentos de atenção plena (vigília) e períodos em que as reações e reflexos estão diminuídos (sono). Assim, um estilo de vida saudável tem como base o equilíbrio, tendo em vista que o estado de vigília promove gasto energético e no sono o organismo realiza diversas atividades, tais como: reposição de ATP, liberação de hormônios e ressintetização de proteínas (GONÇALVES GK, et al., 2022).

Por outro lado, devido à alterações nos níveis de sono, os indivíduos, principalmente os jovens, têm aumentado os momentos de vigília, promovendo diversas desregulações relacionadas ao sono e repouso e doenças psicoemocionais (FRAGELLI TBO e FRAGELLI RR, 2021). Na classificação desses distúrbios, podem ser encontrados por volta de 100 diagnósticos com diferentes etiologias, que estão inseridos em três grandes grupos, sendo eles: I) interferência na quantidade necessária ou qualidade do sono (privação do sono); II) interrupção das fases do ciclo de sono (sono interrompido); III) eventos ocorridos durante o sono (paralisia, pesadelos, apneia) (MEDIC, et al., 2017).

Uma população bastante propícia a ser afetada por esses distúrbios são os estudantes universitários, tendo em vista a intensa demanda psicológica e física exigida pela academia científica. A situação é agravada entre os discentes dos cursos da área da saúde, devido a exigência dos componentes curriculares teórico-práticos e o envolvimento psicoemocional ao realizar os atendimentos à comunidade. Dentre os distúrbios que afetam a população citada, há uma maior prevalência daqueles relacionados à privação do sono, ou seja, a qualidade e quantidade de sono dos discentes (MEDIC G, et al., 2017; SILVEIRA LC e VERAS RM, 2022).

Quando os alunos estão expostos a tais estressores, além dos problemas de saúde citados, ocorre diminuição do desempenho acadêmico. Tal problemática se desenvolve em um ciclo vicioso: estresse, comum ao ambiente inserido; privação de sono, pela má administração desse estresse e baixo rendimento acadêmico, tendo em vista a interferência no processo de aprendizagem (GUIMARÃES VL, et al., 2020).

Ademais, como avaliado por Castro SKA, et al., (2021), em revisão integrativa, o baixo rendimento dos estudantes está relacionado a falhas na memória e no processo cognitivo decorrente da qualidade do sono prejudicada e estresse aumentado. Sob esse cenário, a avaliação do enfermeiro deve abordar a dimensão multifatorial na análise da qualidade do sono e repouso dos acadêmicos e de seus distúrbios associados (SANTOS AF, et al., 2020).

Dessa maneira, o raciocínio clínico para identificação dos diagnósticos de enfermagem deve considerar a ocorrência de manifestações clínicas que acarretam distúrbios do sono e que subsidiarão as intervenções para a melhora da qualidade do sono, ao atender as necessidades apresentadas durante o processo de saúde e doença (OLIVEIRA SM e FERNANDES MGM, 2020). Diante do exposto, a International Nursing Diagnosis (NANDA-I), edição 2021 - 2023, como uma linguagem padronizada da enfermagem, estabelece um conjunto de características definidoras, as quais permitem o julgamento do perfil situacional das respostas humanas da população atendida (Prearo M, et al., 2021).

No concernente aos distúrbios do sono, o Domínio 4 da NANDA - I (2021) organiza três diagnósticos de enfermagem com foco no problema referentes à classe “sono/repouso”. O primeiro desses, a insônia, é definida como a “incapacidade de começar ou sustentar o sono, causando prejuízo das funções diárias”. Já o distúrbio no padrão de sono é conceituado como “despertares ocasionados por fatores externos”. Por fim, a privação do sono, é determinada por “períodos prolongados do estado de consciência que não permita o descanso”.

Estudos que buscam a análise da prevalência dos diagnósticos de enfermagem e das suas características definidoras são de extrema relevância para uma prática clínica qualificada, o que melhora as intervenções do enfermeiro na prestação do cuidado a uma determinada população ao reconhecer a vulnerabilidade para o processo de adoecimento (VIEIRA NFC, et al., 2019; SILVA G WS, et al., 2024). Além disso, vale ressaltar que o presente estudo possibilitou o levantamento científico do cenário epidemiológico dos distúrbios do sono em estudantes universitários, o que propicia a geração de informação sobre esse aspecto e corrobora com o desenvolvimento de ações direcionadas à assistência dessa população.

Diante da problemática apresentada elencou-se o seguinte questionamento: qual a prevalência dos diagnósticos de enfermagem relacionados ao sono e repouso em estudantes universitários da área da saúde?. Destarte, o objetivo desse estudo foi identificar a prevalência dos diagnósticos de enfermagem associados ao sono e repouso, e de seus indicadores clínicos em estudantes universitários de enfermagem da Universidade Federal de Sergipe.

## MÉTODOS

Estudo transversal, com abordagem quantitativa, realizado no campus Aracaju da Universidade Federal de Sergipe (UFS) com os estudantes de enfermagem, entre os meses de setembro a dezembro de 2023. Os critérios de inclusão da pesquisa foram: estar matriculado no curso de enfermagem da UFS no Campus Aracaju, em qualquer dos períodos letivos, e ter 18 anos ou mais. Atualmente, o curso de enfermagem da UFS possui 10 semestres/períodos, sendo dividido em ciclo básico (do 1º ao 4º período), clínico (do 5º ao 8º período) e estágio supervisionado (9º e 10º períodos).

Fizeram parte da pesquisa todos os discentes que aceitaram responder ao formulário de coleta, o qual tinha como propósito a identificação dos indicadores clínicos dos diagnósticos de enfermagem em análise, além de itens sobre idade, sexo, presença de doenças crônicas, hábitos de vida e histórico familiar e pessoal de doenças crônicas. O curso possui 387 discentes ativos e a amostra do estudo foi constituída por 124 discentes, o que representa 32% da população alvo do estudo.

A primeira estratégia de recrutamento de participantes de pesquisa potencialmente elegíveis de acordo com os critérios de inclusão definidos, foi o envio de e-mail convite pelo Sistema Integrado de Gestão Acadêmica (SIGAA/UFS) pelo coordenador do curso de Enfermagem, para conhecimento da proposta. Juntamente ao convite, foi enviado link de formulário do Google Forms contendo o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, para assinatura voluntária e instrumento de avaliação clínica.

Além dessa estratégia, realizou-se exposição de cartazes sobre o estudo nos espaços de maior circulação de estudantes da saúde na UFS e visitas das turmas do curso nas salas de aula, bem como a divulgação em mídias sociais do centro de representação discente, ligas acadêmicas. As informações de saúde dos participantes do estudo foram levantadas por meio do preenchimento do histórico dos hábitos de vida, com o propósito de entender se a condição de saúde declarada desses indivíduos tem interferência na qualidade do sono.

Diante disso, as variáveis investigadas foram: perfil dos participantes, hábitos de vida, uso de medicamentos, condições de saúde ligadas ao sono (sonambulismo, bruxismo, terror noturno, dentre outras), doenças crônicas, antecedentes familiares psicoemocionais, necessidades psicobiológicas, características da rotina e necessidades psicossociais. As informações obtidas foram processadas através da criação de um banco de dados no Microsoft Office Excel Versão 1.0.1.

A atribuição do diagnóstico foi realizada através da identificação da presença de duas ou mais características definidoras e/ou fatores relacionados definidos pelo Sistema de Linguagem Padronizada de diagnósticos de Enfermagem – NANDA - I, nesta etapa dois avaliadores determinaram os diagnósticos referente a cada participante da pesquisa, e em caso de discordância um terceiro realizou a revisão. A redação final foi elaborada a partir da análise das informações obtidas por meio da média aritmética, frequências absolutas (n) e relativas (%). O nível de significância aplicado foi de 5% (<0,5).

Foram respeitados os princípios éticos da pesquisa com seres humanos, conforme Resolução 466/2012/CONEP. O estudo fez parte do projeto de pesquisa intitulado “A efetividades das práticas integrativas e complementares em saúde no cuidado a estudantes universitários com diagnósticos de enfermagem associados ao sono e repouso” aprovada pelo Comitê de Ética e Pesquisa da instituição sob número do parecer: 6.192.923 e CAAE 68846323.3.0000.5546. Para a garantia da confidencialidade e a privacidade dos participantes foi utilizado um sistema de mascaramento de dados sensíveis para apresentação e discussão dos resultados da pesquisa.

## RESULTADOS

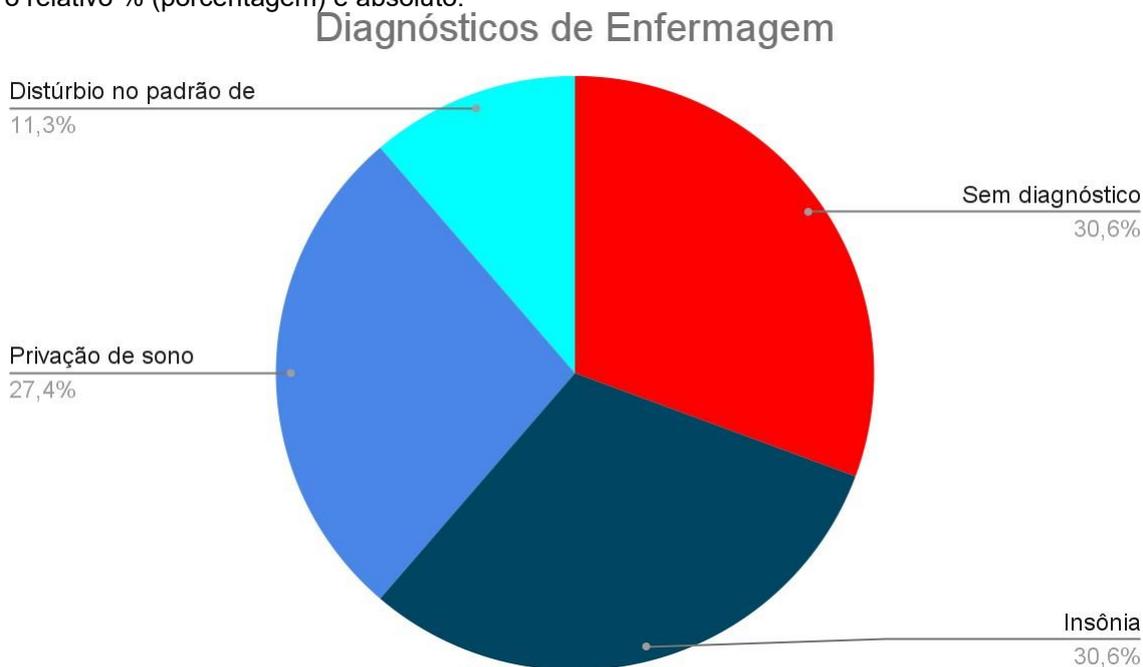
A amostra deste estudo (N=124) foi de maioria jovem (m=23 anos), predominantemente solteira, feminina, em sua maioria, sem doenças diagnosticadas (72%), não tabagista (99%), não etilista (62%) e sem uso de drogas ilícitas (98%). Em relação ao Índice de massa corporal declarado houve a predominância do IMC normal (65%) e sobrepeso (20%). Ademais, a incidência de doenças psicossomáticas (depressão, ansiedade, insônia, TDAH e Apneia do sono) nos antecedentes familiares foi de 67%.

As taxas de indivíduos com doenças crônicas na amostra correspondem a 41%, já aqueles que declararam fazer uso regular de algum medicamento chegou a 26%. Quanto às principais condições associadas à percepção emocional dos participantes, foi verificado as principais condições associadas à percepção emocional dos participantes, 59% se consideram estressados e 82% ansiosos, apesar de somente 33% possuírem diagnóstico atestado de ansiedade.

Outro aspecto relevante verificado foi o resultado quanto ao hábito do consumo de bebidas açucaradas e café, o qual totalizou 77%. Destes, 30% afirmaram consumir essa bebida com mais frequência nos turnos da manhã e noite, enquanto 23% consomem em todos os turnos. Já a sensação de medo (64%), apatia (37%), confusão mental (38%) e cansaço (63%), foram as principais queixas declaradas pelos discentes. Ademais quanto a higiene do sono, 79% responderam acordar cedo demais, 37% sentem dificuldade para dormir e 84% sentem-se sonolentos, mas 25% afirmaram possuir problemas para manter o sono e 34% estão satisfeitos com o período de repouso.

Em relação a caracterização da rotina dos participantes, os fatores destacados estão relacionados à percepção de esquecimentos (68%) e de problemas com a atenção (53%). A prática de exercício físico no cotidiano dos graduandos, pouco mais da maioria (56%) responderam realizar algum tipo de prática esportiva de forma regular, com média diária de 77 minutos. Já com relação à responsabilidade com o cuidado de algum familiar, somente 14% assinalaram exercer essa participação ativa.

**Gráfico 1** - Distribuição dos Diagnósticos de Enfermagem identificados na população estudada, expressos em número relativo % (porcentagem) e absoluto.



**Fonte:** Souza WGS, et al., 2025.

Conforme resultados expressos, os participantes da pesquisa foram então avaliados e diagnosticados de acordo com a metodologia expressa, resultando em 86 pacientes portadores de algum distúrbio do sono e apenas 38 sem alterações observadas. Desses 86 indivíduos, 14 possuem distúrbio no padrão de sono, 38 insônia e 34 privação de sono. A relação entre esses diagnósticos e os principais indicadores clínicos observados estão dispostos na tabela abaixo.

**Tabela 1** - Relação entre os diagnósticos de enfermagem apresentados pela população amostral com seus respectivos indicadores clínicos que receberam significância <0,05 no teste de qui-quadrado, apresentados em N=número absoluto.

Indicadores clínicos		Valor-p	Diagnóstico			
			Distúrbio no padrão de sono	Insônia	Privação de sono	Não possui
Agitação Psicomotora	Presente	0,01	0	4	11	5
	Ausente		14	34	23	33
Atenção alterada	Presente	0,00	7	24	24	11
	Ausente		7	14	10	27
Diagnóstico de ansiedade ou depressão	Presente	0,1	6	12	15	7
	Ausente		8	26	19	31
Dificuldade em realizar as tarefas diárias	Presente	0,00	4	14	12	2
	Ausente		10	24	22	36
Dificuldade para dormir	Presente	0,00	2	23	17	5
	Ausente		12	15	17	33
Dificuldade para manter o sono	Presente	0,02	1	14	11	5
	Ausente		13	24	23	33
Ingesta hídrica noturna	Presente*	0,05	8	28	26	30
	Ausente*		6	10	8	8
Satisfação com o sono	Presente	0,00	4	7	7	24
	Ausente		10	31	27	14
Se considera ansiosa	Presente	0,00	14	33	31	24
	Ausente		0	5	3	14
Sensibilidade à dor	Presente	0,00	1	8	10	0

Indicadores clínicos		Valor-p	Diagnóstico			
			Distúrbio no padrão de sono	Insônia	Privação de sono	Não possui
Sente apatia	Ausente	0,00	13	30	24	38
	Presente		5	13	21	7
Sente cansaço	Ausente	0,00	9	25	13	31
	Presente		12	29	21	16
Tremor	Ausente	0,01	2	9	13	22
	Presente		1	5	13	5
	Ausente		13	33	21	33

**Nota:** O \* representa leve alteração na forma de resposta do indicador clínico. Assim, presente significa “em média ou grande quantidade” e ausente significa “em nenhuma ou baixa quantidade”.

**Fonte:** Souza WGS, et al., 2025.

## DISCUSSÃO

Na **Tabela 1** estão relacionadas as principais Características Definidoras (CD) e Fatores Relacionados (FR) presentes nos estudantes com diagnósticos de enfermagem associados ao sono, são elas: apatia, cansaço, sonolência, sintomas de ansiedade, medo, atenção alterada e insatisfação com o sono. O indicador clínico sobre a dificuldade em manter o sono esteve mais presente no diagnóstico de “Insônia”. Silva MFC, et al. (2024), relataram em estudo acerca da prevalência do diagnóstico de insônia em estudantes de medicina, que esse é o distúrbio do sono que pode estar muito associado aos hábitos de vida e situações estressantes vivenciadas por discentes do curso. Relação que também pode ser estabelecida na análise da amostra da presente pesquisa, visto a prevalência deste diagnóstico de enfermagem (30,6%).

Em um estudo para o desenvolvimento do processo de enfermagem a partir das necessidades autorreferidas por estudantes do curso de enfermagem, realizado por Piexak DR, et al. (2020), foram demonstrados resultados convergentes com os apresentados na avaliação dos diagnósticos de enfermagem e seus indicadores desta pesquisa. Assim, a amostra apresentou sintomas relacionados, principalmente, à má qualidade do sono, em destaque para as alterações na concentração, sintomas depressivos e de ansiedade, assim como o medo e o desânimo. A prevalência dos indicadores clínicos analisados no estudo anteriormente citado se aproxima da prevalência das variáveis CD e FT analisadas.

Um estudo, de Barros MBA, et al. (2019), envolvendo uma base populacional identificou maior prevalência de qualidade de sono autoavaliada como ruim em mulheres, cidadãos de meia idade, indivíduos com histórico de transtorno mental comum e/ou saúde prejudicada. No presente estudo, tendo em vista o corte populacional (universitários), não é possível avaliar a qualidade de sono por faixa etária. No entanto, em consonância com o estudo, os resultados demonstraram maior prevalência de distúrbios de sono nas mulheres e indivíduos com queixas psicoemocionais.

É importante destacar que a população aqui observada (acadêmicos de enfermagem), é ainda majoritariamente feminina. Um estudo realizado pela Fiocruz, traçou o perfil da enfermagem no Brasil, demonstrando uma prevalência de 85% de profissionais femininas na área (MACHADO MH, et al., 2017). Assim sendo, os resultados deste trabalho, demonstram uma realidade: a prevalência na enfermagem e a prevalência de baixa qualidade de sono é maior no gênero feminino, as acadêmicas de enfermagem irão tender a altas taxas de insatisfação com o sono, o que revela similaridades com estudos anteriores (MENDES SS, et al., 2025).

Outro artigo envolvendo a comunidade universitária, demonstrou uma maior presença de alterações no sono em estudantes das áreas da saúde e exatas, relacionando esse fator a carga horária e exigência dos cursos (BASTOS PL, et al., 2022). No presente trabalho, investiga-se apenas área da saúde, com corte para o curso de enfermagem, sendo observado como relatado nos resultados, uma alta prevalência de pacientes com distúrbios de sono e/ou insatisfeitos com a qualidade do mesmo. Ainda sobre esse cenário, Santiago MB, et al. (2022), em um estudo com estudantes de medicina e enfermagem, demonstraram que os primeiros sofrem mais com sintomas de ansiedade quando comparados a outros estudantes da área da saúde.

Com relação à população investigada, em um estudo realizado por Carone CMM, et al.(2020), no qual foi investigado o fenômeno da qualidade de sono em acadêmicos de uma instituição federal, foram demonstrados indicadores clínicos semelhantes aos identificados nesse estudo, relacionando sono de baixa qualidade, despertar noturno e sonolência diurna com sexo feminino e/ou indivíduos que apresentaram outros fatores associados à qualidade de sono, a saber: carga horária intensas, doenças crônicas e uso de álcool ou outras drogas.

Os momentos de repouso são importantes para a maioria das funções do organismo. Dentre elas, no contexto abordado pelo presente artigo, as mais importantes são: fixação de memória de longo prazo e conexões neurais que regem o aprendizado (GONÇALVES GK, et al., 2022). Como avaliado por Oliveira JJR e Siqueira DBF (2020), em revisão integrativa, a baixa qualidade de sono, mesmo na infância, afeta diretamente a memória, cognição e aprendizagem, diminuindo o rendimento dos indivíduos afetados.

Na população aqui abordada, acadêmicos de enfermagem, estudantes da grande área da saúde, possuem elevada carga horária, teórico e prática, precisando dispor de intensas horas de estudo, por vezes, trocando as horas de sono para cumprir com suas demandas (SANTOS AF, et al., 2020). No entanto, como discutido acima, noites de sono adequadas são de suma importância para a fixação de conteúdos, bem como a ligação entre os conceitos importantes que o profissional precisará adquirir (GONÇALVES GK, et al., 2022; SANTOS AF, et al., 2020).

Em estudo de Muniz GBA e Garrido EN (2021), demonstraram que o ambiente acadêmico gera impactos na saúde mental e física, pois a sobrecarga das atividades diminui o tempo dedicado ao lazer e descanso, o que compromete sua qualidade de vida. Outras pesquisas também destacaram como principais consequências da qualidade do sono ruim a sonolência diurna e redução do rendimento acadêmico, além da associação com transtornos mentais e níveis de estresse elevado (MORAIS et al., 2022; ROCHA RPS, et al., 2024; Siva Faria, et al., 2024).

Jafari MJ, et al. (2024), pontuaram a relação do sono e a segurança dos pacientes, onde observou que a qualidade do sono é uma variável preditiva para melhorar o atendimento de enfermagem dos profissionais e discentes. Cabe destacar que os indicadores clínicos prevalentes na população deste estudo interferem diretamente no desenvolvimento da prática em enfermagem, associando a dificuldade na aplicação de técnicas, redução da disposição para aprendizado e lentificação para a tomada de decisão.

A saúde mental da amostra deste estudo foi um fator associado aos problemas do sono, os estudantes participantes da pesquisa se declararam ansiosos. Um estudo transversal realizado por Silveira GEL, et al. (2022) demonstrou resultados em consonância com os achados da pesquisa, em que variáveis sociodemográficas como a não realização de atividade, a prevalência da não utilização de drogas ilícitas e idade acima de 21 anos como fatores fortemente relacionados a níveis de ansiedade moderada e grave.

## CONCLUSÃO

Este estudo permitiu identificar uma alta prevalência dos diagnósticos de enfermagem relacionados a sono. Baseado nas respostas dos 124 participantes foi observado que o Diagnóstico de Enfermagem “Insônia” é o mais prevalente, seguido por “Privação de sono” e “Distúrbio no padrão de sono”. Quanto aos indicadores clínicos: sonolência, se considerar uma pessoa ansiosa, ingestão hídrica noturna, insatisfação com o sono e atenção alterada, foram predominantes. O que demonstra uma relação de como os hábitos de vida dos discentes afetam ou são afetados pela rotina acadêmica. Diante disso, o presente estudo contribui para evidenciar a necessidade de uma avaliação holística na abordagem dessa população, com destaque para as desordens do sono. Pesquisas adicionais são necessárias para explorar qual a influência destes fatores no cotidiano dos estudantes de enfermagem, analisando desempenho acadêmico e práticas seguras.

## REFERÊNCIAS

1. BARROS MBA, et al. Qualidade do sono, saúde e bem-estar em estudo de base populacional. Revista de Saúde Pública, 2019; 53: 82.

2. BASTOS PL, et al. Avaliação da qualidade do sono em acadêmicos da Universidade Federal do Ceará – Campus Sobral. *Revista da Faculdade de Odontologia - UPF*, 2022; 25: 436-442.
3. CARONE CMM, et al. Fatores associados a distúrbios do sono em estudantes universitários. *Cadernos De Saúde Pública*, 2020; 36(3): 74919.
4. CASTRO SKA, et al. A importância da qualidade do sono no processo de aprendizagem de estudantes de medicina: uma revisão integrativa. *Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento*, 2021; 10(11): 326101119749.
5. FRAGELLI TBO e FRAGELLI RR. Por que estudantes universitários apresentam estresse, ansiedade e depressão? Uma rapid review de estudos longitudinais. *Revista Docência do Ensino Superior*, 2021; 11: 29593.
6. GONÇALVES GK, et al. Estresse, qualidade do sono e qualidade de vida em acadêmicos da área de saúde. *REVISIA*, 2022; 11(2): 232-243.
7. GUIMARÃES VL, et al. A influência do sono na qualidade de vida e no desempenho universitário de discentes do curso de medicina. *Revista Brasileira de Desenvolvimento*, 2020; 6(20): 103429– 103448.
8. HERDMAN TH, et al. Diagnóstico de enfermagem da NANDA-I: definições e classificação 2021- 2023. *Porto Alegre: Artmed*, 2021; 12.
9. JAFARI MJ, et al. Identifying predictors of patient safety competency based on sleep quality in student faculty of nursing and midwifery during the internship period: a multidisciplinary study. *BMC Enfermagem*, 2024; 23(1): 67.
10. MACHADO MH, et al. Perfil da enfermagem no Brasil: relatório final. *NERHUS - DAPS - ENSP/Fiocruz*, Rio de Janeiro, 2017; 1: 610.730981.
11. MEDIC G, et al. Short- and long-term health consequences of sleep disruption. *Nat Sci Sleep*, 2017; 9: 151-161.
12. MENDES SS, et al. Qualidade do sono e percepção da qualidade de vida de estudantes de graduação em enfermagem. *Cuadernos de Educación y Desarrollo*, 2025; 17(2): 7454.
13. MORAIS HCC, et al. Fatores associados à qualidade do sono ruim em universitários de enfermagem de uma universidade privada cearense. *O Mundo da Saúde*, 2022; 46: 82021.
14. MUNIZ GBA e GARRIDO EN. Mudanças de hábitos e saúde dos estudantes após ingresso na universidade. *Revista Psicologia, Diversidade e Saúde*, 2021; 10(2): 235-245.
15. OLIVEIRA JJR e SIQUEIRA DBF. Efeitos negativos decorrentes dos transtornos do sono no processo de aprendizagem infantil. *Revista Científica Da Escola Estadual De Saúde Pública De Goiás “Cândido Santiago”*, 2020; 6(3): 6000011.
16. OLIVEIRA SM e FERNANDES MGM. Diagnósticos de enfermagem e índice de qualidade do sono de Pittsburgh: Idosos em atendimento ambulatorial. *Nursing*, 2020; 23(261): 3571-3576.
17. PIEXAK DR, et al. Desenvolvimento do processo de enfermagem conforme necessidades psicobiológicas autorreferidas por estudantes. *Revista Enfermagem UERJ*, 2020; 28: 51231.
18. PREARO M, et al. Diagnósticos de enfermagem em recuperação pós-anestésica: intervenções e resultados segundo linguagens padronizadas. *Semina Ciências Biológicas e da Saúde*, 2024; 42(2): 187-200.
19. ROCHA RPS, et al. Qualidade do sono em estudantes da graduação em enfermagem de uma universidade pública. *Archives of Health*, 2024; 5(1): 247-259.
20. SANTIAGO MB, et al. Índices de depressão, ansiedade e estresse entre estudantes de enfermagem e medicina do Acre. *Revista Psicologia, Diversidade e Saúde*, 2022; 10(1): 73-84.
21. SANTOS AF, et al. Qualidade do sono e fatores associados em universitários de enfermagem. *Acta Paulista de Enfermagem*, 2020; 33: 20190144.
22. SILVA FARIA TAN, et al. A repercussão da qualidade do sono nos transtornos mentais comuns em estudantes de medicina. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, 2024; 24(9): 17634.
23. SILVA GWS, et al. Depressive symptoms and associated factors among travestis and transsexuals: a cross-sectional study. *Rev Bras Enferm*, 2024; 77(3): 20230071.
24. SILVA MFC, et al. Fatores causais de insônia em estudantes do curso de medicina de uma universidade do oeste do Paraná. *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação*, 2024; 10(9): 598-614.
25. SILVEIRA GEL, et al. Sintomas de ansiedade e depressão no ambiente acadêmico: um estudo transversal. *Acta Paul Enferm*, 2022; 35: 976.
26. SILVEIRA LC e VERAS RM. Fatores associados e distúrbios do sono mais frequentes em universitários: Revisão integrativa. *New Trends in Qualitative Research*, 2022; 13: 695.
27. VIEIRA NFC, et al. Prevalência do diagnóstico de enfermagem “comunicação verbal prejudicada” nas unidades de um hospital privado. *Enfermagem em Foco*, 2019; 10(3): 46-51.