

UNIVERSIDADE ESTADUAL DO PIAUÍ – UESPI
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE- CCS
CURSO DE FISIOTERAPIA

MARIA EDUARDA ALVES SILVA

QUALIDADE DO SONO DE ACOMPANHANTES DE
CRIANÇAS HOSPITALIZADAS: UMA REVISÃO
INTEGRATIVA

SLEEP QUALITY OF CAREGIVERS OF HOSPITALIZED
CHILDREN: NA INTEGRATIVE REVIEW

CALIDAD DEL SUEÑO DE LOS CUIDADORES DE NIÑOS
HOSPITALIZADOS: UNA REVISIÓN INTEGRADORA

TERESINA – PI
2025

MARIA EDUARDA ALVES SILVA

Qualidade do sono de acompanhantes de crianças
hospitalizadas: uma revisão integrativa

Artigo Científico elaborado como requisito
para o Trabalho de Conclusão de Curso do
curso de Bacharelado em Fisioterapia pela
Universidade Estadual do Piauí, sob a
orientação da Prof. ^(a)Dr (a). Msc. Esp.
Christiane Lopes Xavier

TERESINA – PI

2025

MARIA EDUARDA ALVES SILVA

**QUALIDADE DO SONO DE ACOMPANHANTES DE CRIANÇAS
HOSPITALIZADAS: UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

Relatório final, apresentado a
Universidade Estadual do Piauí, como
parte das exigências para a obtenção do
título de Fisioterapeuta.

Teresina - PI, ____ de _____ de ____.

BANCA EXAMINADORA

Profa. Christiane Lopes Xavier
Afiliações

Profa. Daisy Satomi Ykeda
Afiliações

Profa. Fabiana Teixeira de Carvalho
Afiliações

Resumo

Objetivo: O trabalho tem como objetivo analisar o conhecimento científico sobre a qualidade do sono de acompanhantes de crianças hospitalizadas. **Fonte de dados:** Foi realizada uma revisão integrativa, com artigos encontrados nas bases de dados PubMed, LILACS e PEDro, no período de 10 anos, em português, inglês ou espanhol e que fossem condizentes com o tema. **Resumo das conclusões:** Observou-se que no período de internação hospitalar, diversos fatores afetam a qualidade do sono do acompanhante, no entanto, ainda há necessidade mais estudos sobre o tema.

Palavras-chave: qualidade do sono, acompanhantes, crianças e hospital.

Abstract

Objective: This study aims to analyze the scientific knowledge about the sleep quality of caregivers of hospitalized children. **Data source:** An integrative review was conducted, using articles found in the PubMed, LILACS, and PEDro databases, over a 10-year period, in Portuguese, English, or Spanish, and relevant to the topic. **Summary of lessons:** It is observed that during hospital stays, several factors affect the sleep quality of caregivers; however, further studies on this topic are still needed.

Key Words: sleep quality, caregivers, children and hospital.

Resumen

Objetivo: Este estudio tiene como objetivo analizar el conocimiento científico sobre la calidad del sueño de los cuidadores de niños hospitalizados. **Fuente de datos:** Se realizó una revisión integrativa, utilizando artículos encontrados en las bases de datos PubMed, LILACS y PEDro, durante un período de 10 años, en portugués, inglés o español, y relevantes para el tema. **Resumen de conclusiones:** Se observa que durante las estancias hospitalarias, diversos factores afectan la calidad del sueño de los cuidadores; sin embargo, se requieren más estudios sobre este tema.

Palabras clave: calidad del sueño, cuidadores, niños y hospital.

INTRODUÇÃO

A internação hospitalar de crianças é um momento desafiador tanto para o paciente, quanto para o acompanhante, que, geralmente, é um familiar, como afirmou o estudo de Bezerra et al.¹. Durante o período de hospitalização, é comum que o cuidador seja negligenciado, tendo em vista que todo o suporte da equipe multiprofissional está voltado para a criança, o que pode trazer diversas consequências na vida do mesmo.

Dentre as consequências, destaca-se a qualidade do sono do acompanhante, que é algo extremamente afetado e que merece atenção. A privação de sono pode levar a uma série de problemas, como fadiga, irritabilidade e dificuldades de concentração, impactando diretamente a saúde física e mental do acompanhante¹⁻⁴. Isso não apenas prejudica o bem-estar do adulto, mas também pode afetar a relação com a criança, pois um acompanhante cansado pode ter menos paciência e empatia, dificultando o suporte emocional necessário durante o tratamento, além de que, o cansaço prejudica e dificulta a tomada de decisões e comunicação com o paciente e equipe multiprofissional.

Estudos recentes revelam que os cuidadores informais enfrentam diversas barreiras que afetam seu sono, incluindo estresse emocional, condições inadequadas de descanso e a necessidade de vigilância constante^{2,3}. Além do mais, é possível afirmar que a sobrecarga, principalmente materna, potencializa a privação do sono⁴. Um fator de grande importância é o mobiliário hospitalar, pois quando há sistemas de descanso ergonomicamente projetados, a qualidade do sono dos acompanhantes melhora⁵.

Ademais, é possível afirmar que durante o período de internação da criança, a falta de apoio e recursos para os acompanhantes pode agravar ainda mais a situação da privação de sono⁶.

Diante do exposto, este artigo teve como objetivo analisar a literatura referente à qualidade do sono de acompanhantes de crianças hospitalizadas, considerando os aspectos físicos, psicológicos, sociais e ergonômicos.

METODOLOGIA

O presente estudo consiste em uma revisão integrativa da literatura, que teve como objetivo analisar artigos sobre “Qualidade do Sono de Acompanhantes de Crianças Hospitalizadas” entre 2015 e 2025.

A busca dos artigos foi realizada utilizando as bases de dados PubMed, LILACS e PEDro, nas quais foram utilizados os descritores em inglês. A estratégia de busca está presente na tabela 1.

Quadro 1 – Estratégia de busca com os descritores.

Banco de Dados	Estratégia*
PubMed	Descritores [“sleep quality” [AND/OR], “caregivers” [AND/OR], “children” [AND/OR], “hospital”]
LILACS	
PEDro	

Legenda: * = A mesma estratégia foi empregada nos diferentes bancos de dados. (Fonte: Autoras, 2025)

Foram incluídos artigos publicados nos últimos 10 anos, no idioma português, inglês ou espanhol, que se relacionavam com o tema e com disponibilidade do texto completo. Foram excluídos estudos duplicados, com fuga ao tema e sem disponibilidade do texto na íntegra.

Para mensurar a qualidade metodológica, foi utilizada a Escala PEDro, analisando a qualidade dos artigos escolhidos. A Escala PEDro permite a graduação dos estudos de 0 a 10, sendo que quanto maior a pontuação, maior a qualidade metodológica do estudo.

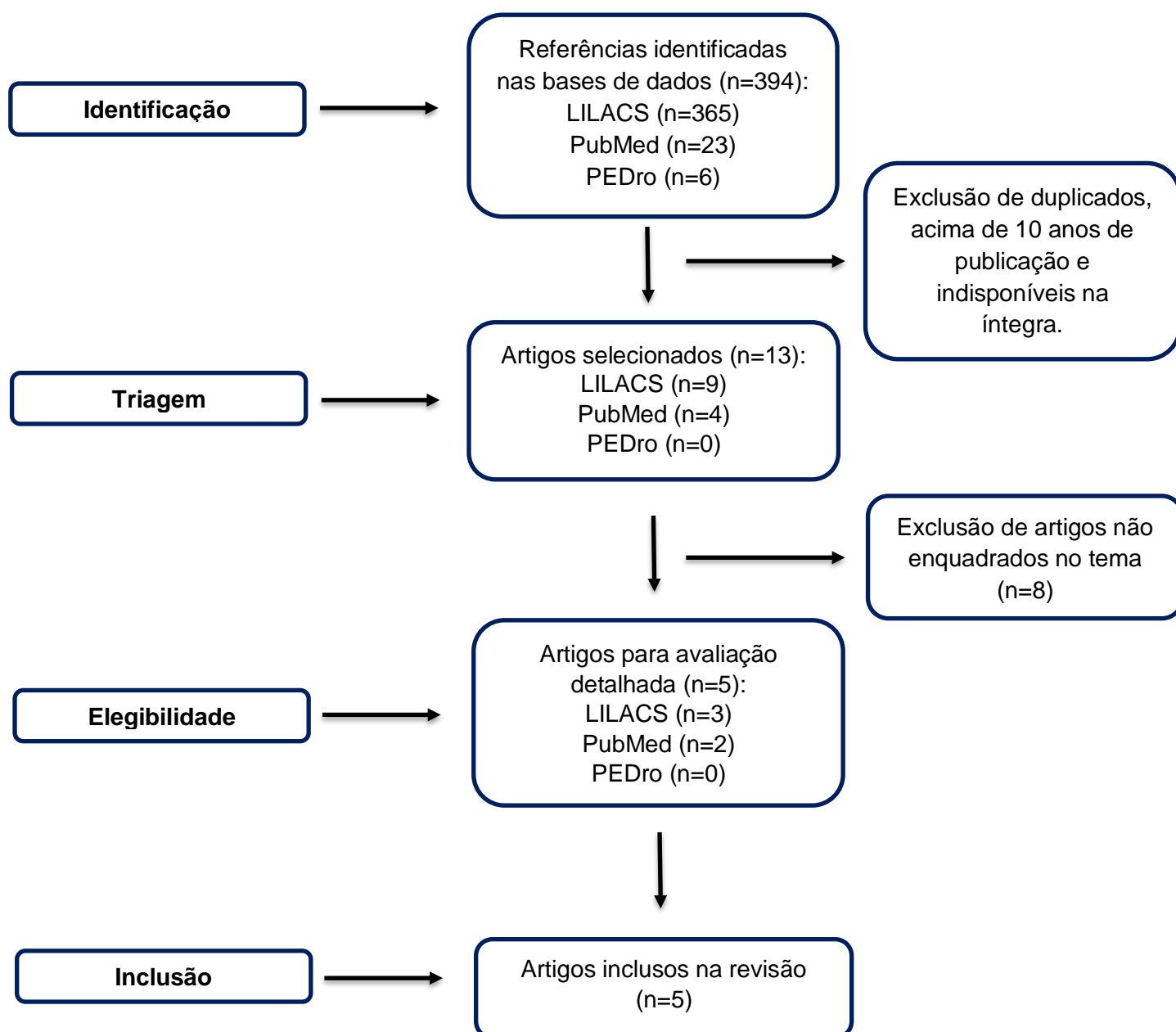
Para a revisão, foi realizada uma separação e avaliação prévia, baseadas nos títulos dos estudos científicos, sendo selecionados os que mencionam o tema do estudo. Em seguida, foi realizada a leitura completa dos estudos selecionados, para que fossem identificados os critérios de inclusão e exclusão previamente estabelecidos no presente estudo.

RESULTADOS

Após aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, na busca inicial, foram selecionados 394 estudos, sendo 325 no LILACS, 23 na PubMed e 6 na PEDro. Posteriormente à aplicação dos critérios de inclusão, 13 publicações foram consideradas elegíveis, sendo realizada a avaliação metodológica por meio da Escala PEDro. Em sequência à leitura completa, 5 artigos foram considerados aptos para inclusão no estudo.

Os dados a respeito do artigo estão organizados no quadro 2, onde foram colocados tema, autores, ano, tipo de estudo e principais achados.

Figura 1 – Fluxograma da análise de estudos.



Quadro 2 – Caracterização dos artigos

Título	Autores	Ano	Tipo de estudo	Principais achados
Impact of sleep quality on quality of life of caregivers of infants aged one to 23 months: a cross-sectional study	Maria Eduarda Duarte de Oliveira; Ronald Godinho de Oliveira Silva; Mila Nogueira Camargo; Larissa Honório Costa; Luiza Silva Vitorino; Vitor Fernandes Alvim; Sabrine Teixeira Ferraz Grunewald	2024	Transversal	Alta prevalência de má qualidade do sono de cuidadores de lactentes (1-23 meses) e associação significativa entre sono e qualidade de vida dos mesmos.
Qualidade de vida e sobrecarga de cuidadores de crianças com paralisia cerebral	Jandara de Moura Souza; Fabiana Rita Camara Machado; Priscilla Pereira Antunes; Antônio Cardoso dos Santos; Daniela Centenaro Levandowski; Alcyr Alves de Oliveira Jr.	2018	Transversal	Em 38 cuidadores de crianças com paralisia cerebral: não se encontrou associação entre grau de comprometimento motor da criança e qualidade de vida do cuidador; porém maior sobrecarga, ansiedade e depressão nos cuidadores correlacionaram com pior qualidade de vida.
Pediatric Prolonged-Release Melatonin for Sleep in Children with Autism Spectrum Disorder: Impact on Child Behavior and Caregiver's Quality of Life	Carmen M. Schroder; Beth A. Malow; Athanasios Maras; Raun D. Melmed; Robert L. Findling; John Breddy; Tali Nir; Shiri Shahmoon; Nava Zisapel; Paul Gringras	2019	Ensaio clínico randomizado	O uso de melatonina de liberação prolongada em crianças/adolescentes com TEA e insônia resultou em melhora significativa de comportamentos externalizantes e também em melhora da qualidade de vida dos cuidadores.

Exit interviews with caregivers of pediatric patients with classic galactosemia to explore meaningfulness of changes in the ACTION-galactosemia kids trial	Jason A. Randall; Carolyn Sutter; Stella Wang; Evan Bailey; Lydia Raither; Riccardo Perfetti; Shoshana Shendelman; Claire Burbridge	2025	Qualitativo	Cuidadores relataram que a doença (galactosemia clássica) impacta fortemente no seu cotidiano e qualidade de vida, incluindo isolamento social, ansiedade, frustração, e que as mudanças observadas no tratamento têm significado emocional relevante para eles.
Calidad de vida en cuidadores de niños con trastorno del espectro autista para atención de Enfermería	Maybell Pérez Rodríguez; Lucía del Carmen Alba Pérez; Carilaudy Enríquez González; Tomás Pascual Crespo Borges	2024	Estudo descritivo quanti-qualitativo	Caracterização da qualidade de vida de cuidadores primários de crianças com TEA: identificaram-se comprometimentos nas áreas de: descanso e sono, emoções e condutas e sintomas físicos.

Fonte: Autoras, 2025.

DISCUSSÃO

A qualidade do sono dos acompanhantes de crianças hospitalizadas é um fator determinante para o bem-estar físico e mental desses indivíduos, além de influenciar no cuidado e relacionamento com a criança. Os estudos analisados evidenciaram que a privação e/ou fragmentação do sono são recorrentes entre cuidadores, especialmente no contexto de internação infantil, onde a rotina costuma ser difícil e o ambiente desconfortável.

No estudo de Fernandes et al.⁷, realizado com cuidadores de lactentes saudáveis de 1 a 23 meses, foi identificada uma correlação entre falta de qualidade do sono e redução da qualidade de vida. Os cuidadores relataram que a rotina de cuidados com a criança interfere diretamente na qualidade do sono, causando fadiga, irritabilidade e indisposição nos mesmos. Em contrapartida, tem-se o estudo de Cruz et al.⁸, onde foi observado que cuidadores de crianças com paralisia cerebral relatam níveis ainda maiores de sobrecarga e distúrbios do sono. Ao comparar os dois estudos, ficou evidente que, apesar de o ato de cuidar de uma criança afeta

diretamente o sono e a qualidade de vida de seus responsáveis, a presença de doenças acaba potencializando ainda mais esses problemas.

Além do contexto hospitalar, a literatura evidencia que cuidadores de crianças com condições crônicas, como transtorno do espectro autista (TEA), também sofrem com a qualidade do sono. Martínez et al.⁹ observou que cuidadores de crianças com TEA relatam distúrbios do sono, elevando assim os níveis de estresse, contribuindo para o desgaste físico e emocional dos mesmos. Em paralelo a isso, a intervenção realizada por Malow et al.¹⁰, com o uso da melatonina em crianças autistas, revelou que quando o sono da criança melhora, o do acompanhante, por consequência, também melhora, assim como a qualidade de vida, o que sugere que intervenções voltadas para a melhora do sono infantil têm boa repercussão no bem-estar dos acompanhantes.

Dentro do hospital, fatores ambientais possuem um papel relevante na qualidade do sono. O estudo de Bezerra et al.⁴ evidenciou que fatores como ansiedade, preocupação com a evolução clínica da criança entre outros, acabam levando à sobrecarga do acompanhante, acarretando em distúrbios do sono. No entanto, no mesmo estudo foi observado que práticas acolhedoras vindas da equipe multiprofissional aliviam a sobrecarga do cuidador, melhorando assim sua qualidade do sono.

Galdino e Soares⁵ realizaram uma análise ergonômica hospitalar, evidenciando que a infraestrutura não colabora para o repouso adequado dos acompanhantes. Mobiliário inadequado, poltronas desconfortáveis e espaços pequenos contribuem para a fragmentação do sono e fadiga.

Finalmente, o estudo de Hughes et al.¹¹ evidenciou que o impacto no sono de cuidadores não é apenas fisiológico, mas também emocional. O artigo destacou que a angústia e a preocupação são fatores de importantes no comprometimento da qualidade do sono dos responsáveis pelas crianças.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante de tudo o que foi apresentado no artigo, pode-se afirmar que a qualidade do sono dos acompanhantes de crianças hospitalizadas possui ligação direta com o ambiente, fatores emocionais e, principalmente, com o estado clínico da criança. Observou-se também a necessidade de um olhar mais atento e humanizado para o cuidador, tendo em vista que o processo é tão difícil para ele, quanto para a criança.

Além disso, pode-se afirmar que o artigo possui relevância científica, tendo em vista que a quantidade de estudos sobre o tema ainda é pequena.

REFERÊNCIAS

1. Bezerra JJ, Fontoura EG, Barbosa EA, Muniz JS, Freitas KS, Oliveira MAN. Desconfortos vivenciados por familiares acompanhantes de pessoas hospitalizadas em condição crônica progressiva. *Rev Baiana Saúde Pública*. 2018;42(supl 1):111-126.
2. Hoyt MA, Mazza M, Ahmad Z, Darabos K, Applebaum A. Sleep quality in young adult informal caregivers: understanding psychological and biological processes. *J Psychosom Res*. 2020;126:109828.
3. Lee H, Lee H, Lim H. Sleep quality of family caregivers of children with tracheostomies or home ventilators: a scoping review. *J Fam Nurs*. 2023;29(4):368-81.
4. Bezerra A, Marques F, Marcheti M, Luizari M. Fatores desencadeadores e amenizadores da sobrecarga materna no ambiente hospitalar durante internação infantil. *Cogitare Enferm*. 2023;29(1):45-56.
5. Galdino A, Soares M. Mobiliário hospitalar sob a ótica da ergonomia: o caso dos sistemas de descanso para acompanhantes pediátricos. *Rev Ação Ergon*. 2023;1(2):118.
6. Corrêa IT, Pereira EM da S, Avelar TGC de. Repercussões ocupacionais de acompanhantes de crianças em situação de hospitalização: relato de experiência em residência multiprofissional. *Res Soc Dev*. 2022;11(12):e461111234723.
7. Fernandes RM, Silva JLP, Chaves LDP, Duarte ED. Impact of sleep quality on quality of life of caregivers of infants aged one to 23 months: a cross-sectional study. *Rev Bras Saúde Matern Infant*. 2023;23(1):45–54.
8. Cruz MFC, Oliveira RFS, Martins S. Qualidade de vida e sobrecarga de cuidadores de crianças com paralisia cerebral. *Rev Bras Promoç Saúde*. 2021;34:7748.
9. Martínez L, González A, Pérez C. Calidad de vida en cuidadores de niños con trastorno del espectro autista para atención de Enfermería. *Rev Enferm (La Habana)*. 2024;40(2):1–10
10. Malow BA, Findling RL, Schroder CM, Maras A, Breddy J, Nir T, et al. Pediatric prolonged-release melatonin for sleep in children with autism spectrum disorder: impact on child behavior and caregiver's quality of life. *J Autism Dev Disord*. 2019;49(8):3218–3228.
11. Hughes JL, Wang J, Han L, Raimundo K, Yoo HW. Exit interviews with caregivers of pediatric patients with classical galactosemia to explore the meaning of changes in the ACTION-Galactosemia Kids study. *Orphanet J Rare Dis*. 2024;19(1):45–54.

Agradecimentos

Agradeço à minha orientadora, Profa. Christiane Lopes, pela orientação, paciência e dedicação a esse estudo. Grata também às Profas. Daisy e Fabiana por terem aceito o convite e contribuírem com a melhora dessa pesquisa. Vocês são referências para mim.