

DEPENDÊNCIA DA INTERNET E FATORES ASSOCIADOS AO DISTÚRBIO DO SONO EM UNIVERSITÁRIOS

Congresso Brasileiro Online de Psicologia, 1ª edição, de 05/07/2021 a 07/07/2021
ISBN dos Anais: 978-65-89908-18-0

OLIVEIRA; Jorgia Cibelle Sousa Silva¹, FLÓRIO; Flavia Martão², SOUZA; Luciane Zanin de³

RESUMO

A dependência da internet entre estudantes tem ganhado cada vez mais atenção por seu impacto negativo no estudo e na vida diária dos sujeitos. Este estudo teve como objetivo avaliar o perfil de dependência da internet e fatores que se associaram ao distúrbio do sono em universitários. Trata-se de um estudo epidemiológico transversal observacional quantitativo que avaliou 710 universitários do Centro Universitário Adventista de São Paulo localizado no município de Engenheiro Coelho – SP por meio da aplicação de dois questionários. A dependência da internet foi avaliada por meio da Internet Addiction Test (IAT) e o distúrbio do sono foi verificado pela Escala de Pittsburgh. Após tabulação foi calculada a prevalência de distúrbio do sono na amostra, com o respectivo intervalo de 95% de confiança. Para analisar os fatores que se associavam ao distúrbio do sono foram utilizados modelos de regressão logística simples e múltiplos. Para cada variável, foram estimados os odds ratios brutos e ajustados com os respectivos intervalos de 95% de confiança. Foram testadas no modelo múltiplo as variáveis com $p < 0,20$ nas análises brutas. O ajuste dos modelos foi avaliado pelo Critério de Informação de Akaike (AIC). A prevalência de universitários com distúrbio do sono é de 24,5% (IC95%: 21,3% - 27,7%) e a prevalência de distúrbio do sono entre as mulheres é de 26,7% e entre os homens é de 21,5%. Houve associação significativa da presença de distúrbio do sono com o sexo e a idade ($p < 0,05$). Além disso, observou-se que universitários com maior dependência da internet têm 2,22 (IC95%: 1,54-3,20) vezes mais chance de apresentar distúrbio ($p < 0,05$). Os universitários do sexo feminino e com maior dependência da internet têm, respectivamente, 1,54 (IC95%: 1,07-2,22) e 2,22 (IC95%: 1,54-3,20) vezes mais chance de apresentar distúrbio do sono, $p < 0,05$. Observa-se ainda que os universitários da faixa de idade entre 28 e 37 anos têm 2,92 (IC95%: 1,06-8,03) mais chance de apresentar distúrbios do sono do que os mais novos. A prevalência de distúrbio foi de 23,4% nas idade entre 18 e 27 anos, 37,5% entre 28 e 37 anos e 16,7% para acima de 37 anos. Foi constatado que universitários do sexo feminino e com maior dependência de internet no domínio abandono da vida social têm mais chance de apresentar distúrbio do sono ($OR=1,57$; IC95%: 1,09-2,26 e $OR=2,00$ IC95%: 1,40-2,86), $p < 0,05$. Conclui-se que ser do sexo feminino e ter maior dependência de internet aumentaram a chance de ter distúrbio do sono e apresentar o abandono da vida social. Neste contexto, faz-se necessário promover intervenções que promovam o conhecimento sobre os hábitos saudáveis de sono, com a redução do uso da internet antes de dormir.

PALAVRAS-CHAVE: Dependência da internet, distúrbios do sono, universitários

¹ Farmacêutica pela Faculdade Objetivo - Pós graduanda em Saúde Coletiva pela Faculdade São Leopoldo Mandic, jorgiacibelle1@hotmail.com

² Cirurgiã dentista pela FHO-Unicamp - Professora da Faculdade São Leopoldo Mandic, flavia.florio@slmandic.edu.br

³ Cirurgiã dentista pela FHO-Uniarares - Professora da Faculdade São Leopoldo Mandic, zaninsouza@yahoo.com.br