

Inter-relações entre estresse e qualidade subjetiva do sono em graduandos de odontologia

Matheus de Andrade LIMA, Letícia Silveira CARNEIRO, François Isnaldo Dias CALDEIRA, Ticiania Sidorenko de Oliveira CAPOTE, Lamis Meorin NOGUEIRA, Larissa Santa RODRIGUEZ, Diego Giroto BUSSANELI, Daniela Coelho de LIMA

Introdução: A formação em Odontologia demanda dos estudantes elevada carga cognitiva, emocional e prática, tornando-os suscetíveis ao desenvolvimento de estresse crônico, distúrbios do sono e consequências psicoemocionais significativas. **Objetivo:** O objetivo do presente estudo foi avaliar as inter-relações entre estresse e qualidade subjetiva do sono em graduandos de Odontologia de uma Universidade no Sudeste brasileiro. **Método:** Foi realizada uma pesquisa transversal tendo como público-alvo acadêmicos do 1º ao 9º período de Odontologia da UNIFAL-MG. Para a coleta de dados, foram aplicados um questionário sociodemográfico e os instrumentos Dental Environmental Stress (DES-BR), Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI- BR) e Epworth Sleepiness Scale (ESS-BR) de acordo com o CEP 12543219.1.0000.5142. **Resultado:** A amostra foi composta em sua maioria por estudantes entre 22-24 anos (50%). Desses, 66.7% não apresentaram reprovações e 103 estudantes dedicaram-se aos estudos por mais de sete horas semanais. Em relação a análise bivariada, foi possível perceber que grande parte das mulheres apresentaram dificuldades e insegurança com o futuro profissional conforme as pontuações médias obtidas no DES-BR ($p=0.001$) e uma correlação positiva ($r=0.47$) entre o estresse no ambiente odontológico (DES-BR) e a qualidade subjetiva do sono (PSQI-BR). **Conclusão:** Dessa forma, conclui-se que o ambiente acadêmico impõe elevada sobrecarga psicossocial aos discentes, sendo essencial o desenvolvimento de estratégias institucionais voltadas à promoção da saúde mental no contexto universitário.

DESCRIPTORIOS: Estresse psicológico; qualidade do sono; estudantes de odontologia.